

# La puissance des RELATIONS



## ACTIVITÉ DE DÉVELOPPEMENT



Regroupement de Réseaux en Santé des Personnes au Travail

**12 NOVEMBRE 2024**

**En présentiel**

À l'Université Laval  
Pavillon Maurice-Pollack

# MOT DU SCT

## **Des relations positives au travail: Un facteur déterminant de santé**

La définition de ce qu'on entend par « santé des personnes au travail » a beaucoup évolué au fil du temps. On a longtemps concentré l'attention sur la santé physique, soit la prévention des accidents, des blessures et des maladies. Plus récemment, se sont ajoutées les dimensions de la santé psychologique et de la santé sociale, qui se sont vues renforcées par l'encadrement légal des risques psychosociaux liés au travail. Avec les changements apportés au régime de santé et de sécurité du travail, on reconnaît ainsi les effets positifs et négatifs que peut avoir l'ensemble de l'organisation du milieu de travail, ce qui inclut la qualité des relations interpersonnelles, le niveau de soutien des collègues et des supérieurs, et la gestion des conflits.

Les répercussions des incivilités, des différends et du harcèlement sur les personnes et les organisations sont bien connues et documentées. Toutefois, les retombées positives des relations saines en milieu de travail bénéficient d'une moins grande attention. Pourtant, les études ont démontré que la capacité de nouer de saines relations interpersonnelles et de parler ouvertement et honnêtement avec les autres peut nous protéger de certaines maladies et améliorer notre bien-être. En milieu de travail, les études ont démontré que les équipes qui ont un niveau de confiance et de respect mutuel élevé, affichent plus de comportements d'apprentissage et performant ainsi davantage. Et si les facteurs de performance organisationnelle et de santé globale se trouvaient dans l'invisible : les relations ?

Comme nous le rappelle la Vision globale en santé des personnes, portée par le Secrétariat du Conseil du trésor auprès des ministères et organismes de la fonction publique québécoise, nous devons nous mobiliser tous ensemble afin de placer la santé au cœur de nos actions et de nos priorités. Parce que la santé ne peut être abordée sans inclure sa dimension sociale, l'activité proposée par le RRSPT offrira des astuces concrètes à cet égard. Il s'agit d'une belle opportunité à saisir.

**Valérie Poulin**  
**Directrice principale**

**Direction principale de la santé des personnes et de l'éthique**  
**Secrétariat du Conseil du trésor**

# PROGRAMME

- 9h00 à 9h15** MOT DE BIENVENUE-Allocution SCT
- 9h15 à 11h15** Conférence – M. Benoît Chalifoux  
L'incroyable pouvoir des habiletés relationnelles
- 11h15 à 12h30** DÎNER
- 12h30 à 14h00** Conférence – Mme Isabelle Fontaine
- 14h00 à 14h15** PAUSE
- 14h15 à 15h45** Conférence – M. Sylvain Guimond
- 15h45 à 16h00** MOT DE LA FIN

Activité de développement RRSPT 2024

## MAÎTRE DE CÉRÉMONIE



### **Taïna Lavoie**

Eklosion  
Animation professionnelle

Reconnue pour sa personnalité chaleureuse, sa polyvalence, son dynamisme, sa touche d'humour et son esprit d'équipe, Taïna Lavoie se distingue par sa très grande expérience à l'animation d'événements d'affaires – soirées de reconnaissance, colloques et congrès.

Aux côtés de Taïna, la communication sur scène prend une dimension humaine, plaisante et rassurante: qu'il s'agisse de présenter différents segments, de mener une entrevue, de rehausser l'ambiance, de collaborer étroitement avec l'équipe de production et/ou de composer avec un imprévu, elle est une complice de haut niveau!

# CONFÉRENCIERS



BENOIT CHALIFOUX

## L'incroyable pouvoir des habiletés relationnelles

Il est important pour les organisations d'encourager leurs employés à cultiver un équilibre de vie et à s'outiller pour devenir plus performants, tout en augmentant leur bien-être, et ce, même en télétravail. Plus que jamais, les relations interpersonnelles sont un facteur crucial pour le succès ou l'échec d'une organisation, mais tout autant pour l'épanouissement des individus qui la composent. Loin d'être une compétence simple à développer, les habiletés relationnelles pourraient être l'élément déterminant qui fera la différence dans votre parcours professionnel. Cette conférence vous permettra de vous outiller afin d'augmenter votre motivation et votre performance afin d'atteindre vos objectifs, tant professionnels que personnels.



ISABELLE FONTAINE

## Le courage managérial : comment devenir ce leader crédible et inspirant qui génère l'engagement.

Connaître et appliquer des stratégies d'intelligence émotionnelle et relationnelle pour développer un état d'esprit courageux pour soi et pour son équipe.  
Apprendre à utiliser ses valeurs comme leviers pour se propulser dans une action courageuse.  
Savoir comment se donner l'élan pour choisir d'adresser les enjeux importants.  
Éviter le piège de la pensée automatique : prendre conscience de notre rigidité et de notre prévisibilité.  
Visualiser et conscientiser où se retrouvent les «Y» neurologiques de nos vies lorsque nous sommes à la croisée des chemins devant un choix courageux  
Apprivoiser la vulnérabilité comme vecteur d'authenticité génératrice de confiance.  
Utiliser judicieusement l'audace et l'intensité pour se démarquer.  
Prendre conscience que la vraie bonté n'est pas toujours gentille. Se doter d'un code d'honneur.



SYLVAIN GUIMOND

## Le sens de l'autre

L'être humain est un être social. Sa survie à travers les âges a été principalement tributaire des relations de coopération tissées dans le groupe et dans le respect des différences individuelles. Il en est ainsi encore aujourd'hui. Ce qui motive les gens au travail, c'est la qualité des relations qu'ils construisent ensemble et l'espace qu'ils ont pour déployer leurs talents en les mettant au service de la communauté. Dans le contexte difficile que l'on vit en ce moment, il est de plus en plus important de s'épauler en prenant soin de chacun des membres de l'équipe.

Se prendre soin c'est à quoi Sylvain Guimond, docteur en psychologie du sport, docteur en ostéopathie et spécialiste de la posture, vous entretiendra lors de sa conférence. Cette conférence sera haute en émotions et vous fera réaliser qu'il est possible dans un contexte en pleine évolution d'établir des relations harmonieuses au travail comme à la maison.

# L'ESSENTIEL À RETENIR

## DATE ET LIEU

**Le 12 novembre 2024**, De 9h00 à 16h00  
Université Laval / Centre de services Desjardins-Pollack  
2305, rue de l'Université, Québec  
Pavillon Maurice-Pollack / **Le Grand Salon** / Local 2244

## FRAIS D'INSCRIPTION

Ministères/organismes membres du RRSPT : **425\$ + taxes applicables**  
Ministères/organismes non-membres du RRSPT: 625\$ + taxes applicables  
*(Le coût comprend le repas du midi, la pause santé et la remise de documents en version électronique s'il y a lieu)*

**IMPORTANT : Aucune demande d'annulation ou de remboursement ne sera acceptée**

➤ **INSCRIPTION EN LIGNE :** [WWW.RRSPT.CA](http://WWW.RRSPT.CA)

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION : VENDREDI 8 NOVEMBRE 2024 À MIDI**

## STATIONNEMENT

Stationnement sous-terrain disponible aux frais des participants. Cependant, il est à noter que l'Université Laval est très bien desservie par le réseau de transport en commun. Un arrêt d'autobus est situé en face du lieu de l'évènement sur la rue de l'Université.