

Atelier virtuel



Québec

Alliance de la Fonction publique du Canada
Public Service Alliance of Canada

Usure de compassion : jusqu'où aller sans se brûler?

DATES et HEURES : 3 mars de 9h à 12h

OÙ : Zoom

RESPONSABLE : Isabelle Renaud

Cet atelier virtuel est offert à toutes les régions.

Un engagement sans limites envers les autres et un désir profond d'aider peuvent parfois nous mener trop loin et nous entraîner vers cette forme insidieuse d'épuisement spécifique aux personnes aidant les autres : l'usure de compassion.

Au cours de cet atelier virtuel interactif animé par Madeleine Fortier formatrice chez Accent carrière, nous verrons ce qu'est l'usure de compassion, ses principaux symptômes observables, chez soi et chez les autres, les causes possibles ainsi que des moyens de se protéger.

Notre objectif est de vous aider à prendre soin de vous afin de renouveler votre énergie pour éviter l'épuisement.

Vous recevrez une boîte à outils contenant plan d'action, autodiagnostic, et outils de réflexion.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 10 février à 17h

Dans le cadre de cet atelier virtuel, nous prendrons en considération les critères suivants si nous devons sélectionner des personnes participantes: l'expression de genre, les groupes d'équité, les Éléments, les sections locales à charte directe et un membre par section locale.

Pour vous inscrire :

Faites parvenir le formulaire d'inscription complété qui est joint au courriel ou sur le site www.afpcquebec.com sous les onglets « Formation »

Par courriel : BureauRegionalMontreal@psac-afpc.com

Par télécopieur : 514-875-8399



AFPC · Québec

Alliance de la Fonction publique du Canada

www.afpcquebec.com