

BULLETIN SPÉCIAL

AU DEVOIR



REPRISE DES GROUPES D'ENTRAIDE – APPQ

En partenariat avec l'APPQ, le CISMUF met en place **des groupes d'entraide pour les intervenants des métiers d'urgence sur la Rive-Nord et la Rive-Sud de Montréal**. Ces groupes sont gratuits et offerts à tous les intervenants travaillant dans les métiers d'urgence tels que les policiers, les pompiers, les paramédicaux, les répondants 911, les agents correctionnels, etc., et ce, quelle que soit leur organisation de travail.

Les prochaines rencontres des groupes d'entraide auront lieu en personne le **mercredi 29 septembre, de 19 h à 21 h**, sur la Rive-Nord (Sainte-Thérèse) et la Rive-Sud (Sainte-Julie). À cause de la pandémie et des mesures sanitaires à respecter, les places sont limitées (5 à 6 personnes). Pour la session d'automne, les rencontres se dérouleront tous les 15 jours, soit les mercredis de 19 h à 21 h jusqu'au 8 décembre 2021.

Si vous ne souhaitez pas vous déplacer, nous offrons aussi un **groupe d'entraide virtuel (Zoom)**. La journée et l'horaire seront à déterminer selon les disponibilités des personnes intéressées (maximum 10 personnes).

Qu'est-ce que les groupes d'entraide CISMUF?

Les groupes d'entraide CISMUF sont des groupes de soutien par les pairs. Ces rencontres permettent aux intervenants des métiers d'urgence d'exprimer et de partager leur vécu et leurs émotions ainsi que de surmonter ensemble leurs difficultés.

Ces rencontres sont animées par un pair aidant du milieu ou un professionnel de la santé connaissant le milieu des métiers d'urgence afin de permettre aux personnes de parler de leurs expériences personnelles et des façons de surmonter certaines difficultés. Les animateurs reçoivent une formation de base sur l'animation de groupes d'entraide ainsi qu'un soutien clinique mensuel par un(e) psychologue de l'équipe CISMUF.

Certaines séances pourront être informatives et présenter du matériel psychoéducatif sur des sujets pertinents en lien avec la santé mentale et ce que vit le groupe.

Ces groupes d'entraide se déroulent dans un climat empreint d'écoute et de respect. Une entente de confidentialité sera demandée à chaque participant(e).

Lors de ces rencontres, on pourra avoir parfois recours à un système de jumelage pour aider temporairement une personne en crise lors d'un moment particulièrement difficile. CISMUF Entraide et Soutien vous offre un espace pour exprimer votre ressenti et partager avec d'autres intervenants des métiers d'urgence vos difficultés au quotidien, mais aussi des stratégies et des outils pour y faire face.

Au courant de l'année, des invités (experts, pairs aidants, invités spéciaux, etc.) pourront partager au groupe leurs connaissances et/ou leur vécu. Le choix des invités sera établi avec le groupe deux fois par année (janvier et septembre).

Pour les inscriptions, veuillez envoyer un courriel à info@cismuf.ca et y indiquer votre nom, votre numéro de téléphone et le groupe qui vous intéresse (Rive-Nord, Rive-Sud ou virtuel).

Pour toute autre information, veuillez consulter le site Web du CISMUF (www.cismuf.ca) aux onglets programmation 2020 et description des groupes sur la page d'accueil.



Stéphane Trottier
Vice-président en Santé et sécurité du travail
et aux ressources matérielles

ST/jl