

CONFÉRENCIÈRES

LE 29 JANVIER 2008

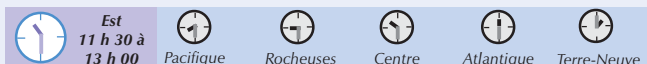


**Mélanie G.M. Perras,**  
B.Psy (spéc.), M.A. (candidate)  
École des sciences de l'activité physique, Université d'Ottawa

**Adopter un comportement favorable à la santé : un jeu de serpents et échelles?**

Arrêter de fumer, manger sainement, faire de l'activité physique... Ces comportements favorables à la santé ne s'adoptent pas du jour au lendemain. En effet, un individu franchit plusieurs stages avant d'avoir pleinement intégré un nouveau comportement dans sa vie quotidienne. De plus, ces stages ne se succèdent pas de façon linéaire. Comme au jeu de serpents et échelles, il y a des hauts et des bas. Cette présentation propose un survol des différents stages reliés à l'adoption d'un comportement, des trucs pour situer son patient par rapport à ces stages et l'identification d'objectifs et de stratégies d'intervention qui vous aideront à cheminer avec vos patients.

LE 4 MARS 2008



**Marie-Chantal Doucet,**  
Ph. D., Professeure adjointe  
École de service social, Université d'Ottawa

**L'intervention en santé mentale comme expérience sociale.**

L'intervention est envisagée comme une expérience sociale et culturelle. Trois dimensions de l'intervention sont ici analysées : l'intervention comme orientation, l'intervention comme processus, l'intervention comme rapport à l'autre. Cette réflexion concerne l'ensemble des professionnels de la santé mentale. La question est bien : quel est le sens de cette action qu'est l'intervention? Quels en sont les thèmes majeurs? Derrière chaque geste et chaque mot se profile un discours social. C'est de ce discours dont il faut révéler le sens puisqu'il met en question l'éthique des rapports sociaux. Est ici posée la nécessité de réintroduire un questionnement sur le sens des pratiques et la place de la relation clinique dans l'intervention en santé mentale.

CALENDRIER HIVER 2008

D L M M J V S D L M M J V S D L M M J V S

JANVIER

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31									

FÉVRIER

17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29								

MARS

16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					

AVRIL

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30										

Aux participants d'Ottawa : Toutes les conférences ont lieu dans la salle Multimédia du CNFS, pièce 203. Les présentations sont ouvertes à tout le personnel de l'hôpital. Pour information additionnelle cnfsmft@uottawa.ca ou au (613) 746-4621 poste 6009.

Aux participants par vidéoconférence

LE 27 MARS 2008



**Martine Lagacé,**  
Ph.D. Professeure adjointe  
Département de communication, Université d'Ottawa

**Le défi de la diversité intergénérationnelle en milieu de travail.**

Dans le monde du travail actuel, quatre générations de travailleurs se côtoient autour d'une même table; quatre générations surnommées :

« les seniors », « les baby-boomers », les « X » et les « Y ». Chacune de celles-ci adhère à des valeurs et à des attitudes de travail découlant d'un contexte historique, sociologique, voire psychologique bien particulier. Le premier objectif de la conférence est de tracer un portrait précis de ces quatre générations de travailleurs. Qui sont « les seniors », « les boomers », les « X » et les « Y »? Quelles sont leurs valeurs de vie tout autant que leurs valeurs de travail? Après avoir tracé ces profils générationnels, le second objectif consiste en une réflexion quant au défi de gestion mais aussi de collaboration entre ces groupes de travailleurs; en d'autres termes, comment concilier les caractéristiques de ces groupes et surtout, comment en tirer le meilleur.

CONFÉRENCIÈRES

LE 17 AVRIL 2008



**Vicky Rivard,**  
C.Psych. (prac. Sup.)  
Service de santé cardiovasculaire et Clinique du diabète, Hôpital Montfort

**La gestion du stress.**

La présentation portera sur la définition du stress, ainsi que l'identification de moyens efficaces pour mieux le gérer (par exemple, les façons de penser et les façons de faire).

LE 29 AVRIL 2008



**Natalie Durand-Bush,**  
Ph.D. Professeure agrégée  
École des sciences de l'activité physique, Université d'Ottawa

**Optimiser votre performance et qualité de vie par l'entremise d'une préparation mentale centrée sur la façon dont vous voulez vous sentir.**

Le but de cette présentation sera de discuter d'une composante importante de la performance et de la qualité de vie, c'est-à-dire la préparation mentale. Plusieurs perspectives et habiletés mentales telles l'engagement, la confiance en soi, l'établissement d'objectifs, la motivation, la relaxation, la concentration, et la visualisation seront abordées et discutées en fonction d'un modèle centré sur le concept de "feel," donc la façon dont on se sent dans la vie de tous les jours. Cette présentation comportera aussi des exercices pratiques pour mettre en place une préparation mentale adéquate et individualisée.



LE 29 JANVIER 2008 11 H 30 À 13 H 00

**Mélanie G.M. Perras,**  
B.Psy (spéc.), M.A. (candidate)  
École des sciences de l'activité physique,  
Université d'Ottawa

**Adopter un comportement favorable à la santé : un jeu de serpents et échelles?**

LE 4 MARS 2008 11 H 30 À 13 H 00

**Marie-Chantal Doucet,**  
Ph. D., Professeure adjointe  
École de service social,  
Université d'Ottawa

**L'intervention en santé mentale comme expérience sociale.**

LE 27 MARS 2008 11 H 30 À 13 H 00

**Martine Lagacé,**  
Ph.D. Professeure adjointe  
Département de communication,  
Université d'Ottawa

**Le défi de la diversité intergénérationnelle en milieu de travail.**

LE 17 AVRIL 2008 11 H 30 À 13 H 00

**Vicky Rivard,**  
C.Psych. (prac. Sup.)  
Service de santé cardiovasculaire et  
Clinique du diabète, Hôpital Montfort

**La gestion du stress.**

LE 29 AVRIL 2008 11 H 30 À 13 H 00

**Natalie Durand-Bush,**  
Ph.D. Professeure agrégée  
École des sciences de l'activité physique,  
Université d'Ottawa

**Optimiser votre performance et qualité de vie par l'entremise d'une préparation mentale centrée sur la façon dont vous voulez vous sentir.**

BIENVENUE À TOUS

Salle Multimédia du CNFS, pièce 203  
(613) 746-4621 poste 6009  
cnfsmft@uottawa.ca