



L'EXPRESS, ÉDITION DU 27 JANVIER 2025



PRIX D'EXCELLENCE DU CIUSSS DE L'ESTRIE - CHUS

Osez mettre de l'avant vos accomplissements!

C'est l'heure de souligner la créativité et l'ingéniosité des membres de notre communauté interne! Vous et votre équipe avez développé un nouveau projet dont vous êtes fiers? Présentez la candidature de cette initiative aux Prix d'excellence de notre établissement.

La période de mise en candidature est en cours jusqu'au 21 février prochain. Consultez l'intranet ([accessible de l'interne](#)) pour plus d'informations : Espace Employés | Santé, bien-être, reconnaissance | Activités reconnaissance.

NOUVEAUTÉ

Découvrez la plateforme de covoiturage local



Grâce à un nouveau partenariat, les membres de la communauté interne ont désormais accès à un service de covoiturage. Ce partenariat réunit le CIUSSS de l'Estrie - CHUS et AmigoExpress, ainsi que le Cégep de Sherbrooke, la MRC-de-Coaticook, la Société de transport de Sherbrooke et l'Université de Sherbrooke.

La nouvelle plateforme a pour but de simplifier vos déplacements entre votre domicile et votre lieu de travail, tout en favorisant les échanges entre collègues et en offrant une option de transport écologique et économique.

L'utilisation de l'application est entièrement gratuite, osez l'essayer!

Pour en savoir plus sur ce projet pilote, visitez la page intranet ([accessible de l'interne](#)) : Espace Employés | Mobilité et développement durable | Transport durable.



CALENDRIER DU TEMPS DES FÊTES 2024

Répondez au sondage avant le 31 janvier!

Comment avez-vous trouvé les surprises qui se cachaient derrière les portes du calendrier, du 1<sup>er</sup> au 24 décembre?

Il est encore temps de [répondre au sondage](#) pour nous faire savoir ce que vous avez pensé de cette troisième édition du calendrier du temps des fêtes. Ce cadeau, réservé aux membres de notre communauté interne, se voulait un geste de reconnaissance pour vous remercier et vous faire sourire!

Merci pour votre collaboration!

HORAIRES 7/7 ET 6/8

Programme d'étalement des congés annuels



Vous souhaitez bénéficier, pendant la période estivale 2025, d'un aménagement d'horaire afin de travailler 7 jours consécutifs et de bénéficier de 7 jours de congé?

Vous avez jusqu'au 12 février prochain pour signifier votre intérêt via le formulaire prévu à cet effet. Référez-vous à la note de service disponible dans votre secteur et à l'actualité intranet ([accessible de l'interne](#)) pour connaître les modalités et avoir plus de détails.

ESPACE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE



La ménopause : les conseils éclairés de Josée Lavigueur et d'Isabelle Huot

Dans le cadre de notre partenariat grandissant avec [Ma Zone Fit](#), l'experte en activité physique, Josée Lavigueur, et la docteure en nutrition, Isabelle Huot, partagent leurs précieux conseils pour mieux vivre la ménopause.

Josée Lavigueur recommande de maintenir [une routine d'exercices adaptée](#) pour réduire les bouffées de chaleur et améliorer le sommeil, incluant, par exemple, la marche et le yoga. Isabelle Huot, pour sa part, suggère une alimentation riche en fibres, phytoestrogènes et oméga-3 pour mieux vivre avec la ménopause.

Pour en apprendre davantage, [visionnez leurs entrevues](#). Des stratégies simples et accessibles aident à traverser cette période de transformation avec énergie et sérénité.

Prenez soin de vous, un pas à la fois!

[Plus d'information sur l'offre santé et bien-être dans l'intranet : Espace Employés | Santé, bien-être, reconnaissance | Activités santé et bien-être](#)



FÉLICITEZ VOS COLLÈGUES POUR LEUR NOMINATION

Consultez les plus récentes nominations de cadres intermédiaires dans l'intranet ([accessible de l'interne](#)) : Espace Employés | Affichage de postes et postulation interne | Postes cadres.

IMPRIMER

ACCUEIL LA VIETRINE

Dernières parutions de L'Express

Volume 10  
Numéro 3

27 janvier 2025

Volume 10  
Numéro 2

20 janvier 2025

Volume 10  
Numéro 1

13 janvier 2025

Volume 9  
Numéro 47

16 décembre 2024

[Voir les archives](#)

Vous avez une nouvelle à partager? Écrivez-nous!

Nous joindre