

Du nouveau au RESSAQ ! Relocalisation de son siège social



Chers membres,

Au nom de vos administrateurs, il me fait plaisir aujourd'hui de vous annoncer le déménagement de son siège social dès le 1^{er} novembre 2016 ! Pour notre regroupement, cela signifie une opportunité de se centraliser et ainsi, se rapprocher de nos membres.

Le RESSAQ quittera donc ses locaux existants à Saint-Georges de Beauce et déménagera son siège social à Montréal, dans un bâtiment situé sur le boulevard Métropolitain Est. Cette restructuration renforcera l'engagement à la croissance et à la viabilité de notre association.

Donc, à compter du 1^{er} novembre 2016, voici les nouvelles coordonnées du siège social du RESSAQ :

**6555, boul. Métropolitain Est, Suite # 200
Montréal (Québec) H1P 3H3
Téléphone : 514-798-8815
Télécopieur : 514-798-1747**

En terminant, notre vœu le plus cher serait que les membres viennent nous visiter à nos nouveaux bureaux. Il me sera plaisir de vous accorder du temps pour vous rencontrer et répondre à vos questionnements.

Application de la clause-remorque Majoration de la rétribution

Chères consœurs, chers confrères,

Lors de la signature de notre entente collective en janvier 2016, il était entendu qu'en vertu de la *Loi sur la représentation des ressources de type familial et de certaines ressources intermédiaires et sur le régime de négociation d'une entente collective les concernant*, la composante de la rétribution reliée aux services de soutien et d'assistance prévue à l'article 3-3.06 serait établie en fonction de la rémunération d'un emploi analogue, laquelle était assujettie aux ententes sur les paramètres salariaux convenues à la table centrale du Gouvernement du Québec.

Suivant la signature des ententes collectives, voici les majorations des taux applicables pour la durée des ententes collectives en application de la clause-remorque. Les données ici-bas décrivent les paramètres généraux d'augmentation et les effets de la relativité salariale convenus à la Table centrale du Gouvernement du Québec ainsi que les majorations applicables aux différentes dispositions monétaires visées par les ententes collectives.

- ✓ Pour la période allant du 1^{er} avril 2015 au 31 mars 2016, les taux en vigueur au 31 mars 2015 sont maintenus sans majoration.

- ✓ Pour la période allant du 1^{er} avril 2016 au 31 mars 2017, les taux en vigueur au 31 mars 2016 sont majorés de 1.5 % avec effet le 1^{er} avril 2016.
- ✓ Pour la période allant du 1^{er} avril 2017 au 31 mars 2018, les taux en vigueur le 31 mars 2017 sont majorés de 1.75 % avec effet le 1^{er} avril 2017.
- ✓ Pour la période du 1^{er} avril 2018 au 31 mars 2019, les taux en vigueur le 31 mars 2018 sont majorés de 2.0 % avec effet le 1^{er} avril 2018.
- ✓ Pour la période du 1^{er} avril 2019 au 31 mars 2020, les taux en vigueur au 31 mars 2019 sont maintenus sans majoration.

Voici les majorations applicables et les périodes de référence qui devront être appliquées pour :

1. L'échelle de rétribution liée au soutien ou à l'assistance établie en fonction du niveau de services requis :

	Du 2015-04-01 au 2016-03-31	Du 2016-04-01 au 2017-03-31	Du 2017-04-01 au 2018-03-31	Du 2015-04-01 au 2019-04-01	Du 2019-04-02 au 2020-03-31
Niveau de service 1	34.88 \$	35.39 \$	36.01 \$	36.74 \$	37.67 \$
Niveau de service 2	43.60 \$	44.24 \$	45.01 \$	45.92 \$	47.07 \$
Niveau de service 3	52.31 \$	53.09 \$	54.02 \$	55.10 \$	56.50 \$
Niveau de service 4	61.03 \$	61.94 \$	63.02 \$	64.29 \$	65.91 \$
Niveau de service 5	69.74 \$	70.78 \$	72.02 \$	73.47 \$	75.33 \$
Niveau de service 6	78.47 \$	79.63 \$	81.03 \$	82.65 \$	84.75 \$

2. Le taux quotidien pour les 60 premiers jours à la suite de l'arrivée du nouvel usager :

Du 2015-04-01 au 2016-03-31	Du 2016-04-01 au 2017-03-31	Du 2017-04-01 au 2018-03-31	Du 2018-04-01 au 2019-04-01	Du 2019-04-02 au 2020-03-31
47.88 \$	48.59 \$	49.44 \$	50.43 \$	51.71 \$

3. Aucun ajustement n'est effectué pour la partie de la rétribution mensuelle liée au soutien et à l'assistance de la ressource qui excède ces montants :

Du 2015-04-01 au 2016-03-31	Du 2016-04-01 au 2017-03-31	Du 2017-04-01 au 2018-03-31	Du 2018-04-01 au 2019-04-01	Du 2019-04-02 au 2020-03-31
9 547.03 \$	9 688.47 \$	9 858.19 \$	10 056.21 \$	10 310.79 \$
3 121.88 \$	3 158.44 \$	3 233.49 \$	3 328.61 \$	3 454.11 \$

À compter du premier mois suivant, la date de signature, le montant d'ajustement maximal était de 3 093.24 \$

4. Le montant annuel maximal prit en compte pour le calcul du montant destiné à donner accès à certains services en matière de régimes sociaux :

Du 2015-04-01 au 2016-03-31	Du 2016-04-01 au 2017-03-31	Du 2017-04-01 au 2018-03-31	Du 2018-04-01 au 2019-04-01	Du 2019-04-02 au 2020-03-31
49 573 \$	50 317 \$	51 198 \$	52 222 \$	53 544 \$
86 783 \$	88 085 \$	89 626 \$	91 419 \$	93 733 \$

5. La prime de disponibilité est versée à la ressource disponible pour des placements sans préavis :

Du 2015-04-01 au 2016-03-31	Du 2016-04-01 au 2017-03-31	Du 2017-04-01 au 2018-03-31	Du 2018-04-01 au 2019-04-01	Du 2019-04-02 au 2020-03-31
218.11 \$	221.38 \$	225.25 \$	229.76 \$	235.58 \$

PROGRAMME D'AIDE AUX RESSOURCES PRÉVENTION ET SOUTIEN, PARTOUT ET EN TOUT TEMPS

Étant la seule association à offrir ce service pour ses membres, le **RESSAQ** est fier de vous présenter son tout nouveau programme d'aide aux ressources qui sera disponible pour tous ses membres à compter du 1^{er} janvier 2016.

Un programme taillé sur mesure pour vous

La vie comporte inévitablement des moments de stress. Même si nous réussissons habituellement à résoudre les problèmes qui surviennent, il peut arriver que nous ayons à surmonter des situations personnelles plus préoccupantes. Dans ce cas, notre capacité d'adaptation fonctionnelle à la maison et au travail devient plus ou moins compromise.

En tant que membre admissible du **RESSAQ**, vous pourrez bénéficier, sans frais, de **5 heures par année** de consultations cliniques et/ou de services-conseils téléphoniques pour des questions légales ou financières. Vous bénéficierez d'un accueil chaleureux par des conseillers qualifiés 24/7, et ce, en toute confidentialité.

Ce programme vous aidera à :

Améliorer vos relations familiales

Séparation et divorce, conciliation travail-vie personnelle, rôle parental, familles recomposées, conflits dans le couple, soin aux aînés, aide à l'adoption, psychoéducation.

Accroître votre bien-être

Stress, anxiété, dépression, troubles du sommeil, situations de crise, décès d'un proche, passages de vie, troubles émotionnels, de l'humeur ou d'adaptation, problèmes sexuels.

Résoudre un problème professionnel

Stress, épuisement professionnel, conflits interpersonnels, planification de carrière, intimidation et harcèlement, difficultés de communication, coaching de gestion.

Régler un problème de dépendance

Alcoolisme, tabagisme, toxicomanie et pharmacodépendance, cyberdépendance, jeu compulsif, dépendance sexuelle

Prendre soin de votre santé financière

Endettement, planification budgétaire, faillite

Réponse à des questions légales

Séparation et divorce, garde et soutien des enfants, procès civil, testament et planification successorale, droit immobiliers

Améliorer vos habitudes de vie

Nutrition, activité physique, gestion du poids, diabète, maladie cardiaque, hypertension artérielle.

AUCUN RENSEIGNEMENT NE SERA DIVULGUÉ, CAR CE SERVICE EST STRICTEMENT CONFIDENTIEL

Obtenez rapidement de l'aide en composant le numéro sans frais

1-888-687-9197

**PENSONS ENVIRONNEMENT...
PENSONS VERT !
PROGRAMME D'AIDE
AUX RESSOURCES
PRÉVENTION ET SOUTIEN,
PARTOUT ET EN TOUT TEMPS**



Pourquoi consulter ?

Personne n'est à l'abri d'éprouver un jour ou l'autre des problèmes personnels de nature psychologique. Beaucoup de personnes peuvent être insatisfaites de leur vie actuelle et souhaiter y apporter certains changements ou y trouver un nouveau sens (faire le point sur sa vie, son couple ou ses relations interpersonnelles). Pour d'autres, il peut s'agir d'une épreuve ou d'un traumatisme par exemple un deuil, une séparation, une maladie, une agression physique. L'important n'est pas la problématique en-soi, mais bien l'impact qu'elle produit sur la personne.

Quand consulter ?

Lorsque vous vous sentez un peu déprimé, que la vie vous semble plus ardue ou encore dépourvue de bons moments, il est normal que le premier réflexe soit de tenter de changer les choses seules (parler à un ami, prendre quelques jours de vacances par exemple). Toutefois, cela ne suffit pas toujours et il est parfois nécessaire d'avoir recours à un professionnel afin de vous permettre de voir plus clair dans la problématique qui vous affecte. Lorsque vous avez le sentiment qu'une aide-externe vous serait bénéfique, ne tardez pas.

Une personne externe, objective et professionnelle peut vous aider. Si vous consultez dès l'apparition des symptômes, vous augmentez vos chances de régler cette problématique rapidement, et ce, avant qu'elle ne se soit aggravée. On ne le dira jamais assez, « Mieux vaut prévenir que guérir ! » En effet, il est plus facile d'apporter des changements à sa vie lorsque le malaise se limite au stress plutôt que d'attendre que la problématique s'aggrave et provoque ainsi un épuisement professionnel.

Qu'est-ce que la psychothérapie ?

Apparue il y a cent ans, la psychothérapie demeure le point de référence de l'ensemble des services d'aide psychologiques. Au moyen de techniques bien précises, elle permet

aux personnes aux prises avec des difficultés personnelles de changer leurs pensées, leurs émotions et leurs comportements de manière à réduire leur détresse et ainsi avoir une vie plus satisfaisante.

Dans bien des cas, à la suite d'une psychothérapie, la personne repartira plus outillée et sera à même de faire face plus efficacement aux obstacles qui se présenteront dans sa vie. Pour tous ceux qui désirent résoudre un problème psychologique important, la psychothérapie s'avère un des moyens les plus efficaces et les plus reconnus, tant par la population en général que par la communauté scientifique.

Comment se passe la psychothérapie ?

La psychothérapie est un processus de changement qui nécessite une collaboration étroite avec le professionnel. C'est une démarche dans laquelle on peut se permettre de se laisser aller, de dire ce que l'on pense et ressent réellement sans avoir peur d'être jugé ou critiqué. La première étape de la psychothérapie est celle de l'évaluation. Au cours de celle-ci, le psychologue évaluera vos difficultés, peut-être à l'aide de tests et de questionnaires ou encore au moyen d'une entrevue afin de bien saisir votre problème et d'établir le meilleur plan de traitement pour vous. Au cours de votre cheminement, vous pourrez être amené à faire des exercices, à vous pencher sur des

situations ou des émotions qui vous effraient, à parler de choses que vous aviez jusqu'alors gardées pour vous, à réaliser qu'il faut modifier certaines idées et certains comportements. Les techniques utilisées sont multiples et les approches différentes, c'est pourquoi il est important que vous ayez une relation de confiance avec le professionnel qui vous aidera dans votre cheminement.

Dans le cadre de notre programme d'aide aux employés, nous privilégions des approches à court terme dont entre autres l'approche cognitive comportementale où l'accent est mis sur le présent ou le professionnel aide la personne à prendre conscience de ses pensées et croyances et à les remplacer par des évaluations et des jugements plus réalistes.

Peu importe ce qui vous affecte, l'important est de consulter rapidement des gens compétents. N'hésitez pas à faire appel à votre PAE si vous ressentez le besoin de consulter un professionnel ou si vous avez des questions sur la démarche et le processus de psychothérapie.

L'important n'est pas la problématique en soi, mais bien l'impact qu'elle produit sur la personne.

Obtenez rapidement de l'aide en composant le numéro sans frais

1-888-687-9197

Ou en vous rendant sur le site Internet suivant

VOTRECONSEILLERVIRTUEL.CA