



FLASH RH



NUMÉRO 6 | JUILLET 2024

La minute RH



RETOUR SUR LA SEMAINE DES PROFESSIONNELS



Envoyez vos questions à l'adresse : flash-rh@ch-rivesdeseine.fr

Le Dico RH



Infos RH



1

Lancement du partenariat avec Karos



KAROS est une plateforme de covoiturage domicile-travail, conçue pour simplifier vos déplacements quotidiens.

Grâce à Karos, vous pouvez bénéficier jusqu'à **100€ de prime covoiturage**.

Téléchargez l'application en cliquant sur l'une des images ci-dessous :



2

cdc habitat

Le CHRDS a passé un partenariat avec CDC Habitat, service permettant d'accéder à des logements à des loyers inférieurs au marché et sans frais d'agence.

Rendez-vous sur cdc-habitat.fr/ch-rives-seine

Pour en savoir plus :



3

Guide Jeux Olympiques et Paralympiques



Vos droits



Informations sur la prestation études - éducation - formation

Cette prestation finance une partie des frais de scolarité, de formation et des activités périscolaires de vos enfants à charge fiscale, scolarisés du primaire aux études supérieures. Son montant varie selon votre quotient familial et le temps de travail. Cette prestation est versée en cours d'année à partir de février 2024, dès que la demande est validée par le CGOS dans le mois qui suit son traitement.

Date limite pour effectuer votre demande : 31 juillet 2024

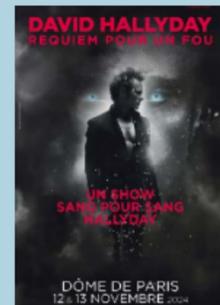


Pour en faire la demande : connectez-vous sur votre Espace Agent CGOS.

BILLETTERIE



Manu PAYET
Théâtre de la Madeleine
du 21 novembre au 28 décembre 2024



David HALLYDAY
au Dôme de Paris
les 12 et 13 novembre 2024

[Voir plus sur le site du CGOS](#)

Conseils qualité de vie au travail du mois



L'application Asso SPS



J'ai le syndrome de l'imposteur : c'est grave docteur ?

Le syndrome de l'imposteur se manifeste par l'impression de ne pas mériter ses réussites et la peur d'être démasqué comme un imposteur. Les personnes touchées doutent de leurs compétences et attribuent leurs succès à des facteurs extérieurs comme la chance ou l'aide des autres. Ce phénomène est particulièrement présent chez les individus intelligents, responsables et exigeants.

Pour en savoir plus



COMMENT LE DIAGNOSTIQUER ?

Le syndrome de l'imposteur se manifeste par plusieurs signes : attribution des succès à la chance ou à l'aide des autres, manque de confiance en soi, dévalorisation des accomplissements, perfectionnisme excessif, peur de l'attention, et ruminations sur ses compétences.



Numéro gratuit d'aide et d'accompagnement psychologique : 0 805 23 23 36



La recette anti-gaspi

CROÛTONS AU PAIN RASSIS

Ingrédients :

- 200g d'un reste de pain
- Paprika
- Curcuma
- Huile d'olive
- Herbes de Provence
- Sel/poivre



Temps de préparation : 20 min

INSTRUCTIONS



Quelques fruits et légumes de saison



Rendez-vous du mois



Association SPS



L'association SPS est dédiée au soutien des professionnels de santé et aux étudiants, les aidant à prendre soin d'eux-mêmes.

Sa mission est d'offrir conseils, ressources et soutien aux soignants grâce à une hotline disponible 24/7, des ressources en ligne pratiques, et des groupes de soutien pour partager et échanger.

Si vous avez besoin d'un accompagnement psychologique, anonyme et confidentiel, rendez-vous sur www.asso-sps.fr

Les permanences RH PNM**

	Pôle Femme / Enfant	Pôle GESPERD	Pôles PUISCC & PHLAME	Service Imagerie Administratif Technique Logistique CAMSP
Neuilly-sur-Seine Bâtiment G RDC	Vendredi 14h-17h		Vendredi 9h-12h	Lundi 9h-12h
Courbevoie Bureau gestionnaire RH		Mardi 14h-17h		
Puteaux Bâtiment A entre sol		Mercredi 9h-12h		

**hors périodes de paie (10 premiers jours du mois)

0 805 23 23 36

Service & appel gratuits

VOS CONTACTS

DRH : drh-chrds@ch-rivesdeseine.fr
DAM : affaires-medicales@ch-rivesdeseine.fr



Service de prévention et de santé au travail : medecine-travail@ch-rivesdeseine.fr
Renseignements juridiques : <https://cgos.prat.fr/> ou 02 38 79 97 87
Assistante sociale du personnel : ldaniere@ch-rivesdeseine.fr ou 01 49 03 30 34
Numéro vert gratuit d'aide et d'accompagnement psychologique : 0 805 23 23 36