

Références pour la capsule 2 : Le stress et les stratégies : prendre soin de soi et des autres

aROCHEmoiuoSOURIRE. (s. d.). *Accueil* [page Facebook]. Facebook. Repéré le 21 juillet 2021 à <https://fr-fr.facebook.com/groups/395017607634543/>

Association canadienne pour la santé mentale Montréal (2021, 13 mai). *L'importance de cultiver son sentiment de cohérence et sa bienveillance en temps de pandémie* [webinaire]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=XobBmdif_08

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie et Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke. (2020, 7 décembre). *Prenez soin de vous et de vos proches*. https://www.santeestrie.qc.ca/clients/SanteEstrie/Conseils-sante/Infections-maladies/COVID-19/COVID-19_Feuillet_Prendre_soin_de_soi.pdf

Centre de Recherche Appliquée en Intervention Psychosociale. (2019). *Formation provinciale sur l'intervention psychosociale en contexte de sécurité civile* [document inédit]. Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Généreux, M., Roy, M., Paré, C. et Lévesque, J. (2020, décembre). *Renforcer les capacités d'adaptation des individus et des communautés en contexte de pandémie : Le rôle clé du sentiment de cohérence*. https://refips.org/wp-content/uploads/2020/12/COVID19_SOC_UIPES_REFIPS_final.pdf

Gouvernement du Québec (2021, 16 mars). *Aller mieux en contexte de pandémie COVID-19*. <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/aller-mieux-en-contexte-de-pandemie-covid-19>

Gouvernement du Québec (2021, 25 mars). *Être bienveillant pour protéger les enfants*. <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/etre-bienveillant-pour-protoger-les-enfants/>

Gouvernement du Québec (2021, 3 juin). *Stress, anxiété et déprime associés à la maladie à coronavirus COVID-19*. <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/stress-anxiete-et-deprime-associes-a-la-maladie-a-coronavirus-covid-19#c47202>

Martel, M.-È. (2021). Des parcelles de bonheur sur votre chemin. *La Voix de l'Est numérique*. <https://www.lavoixdelest.ca/actualites/covid-19/des-parcelles-de-bonheur-sur-votre-chemin-99d7c1ce4369e16018c6d39ee3d6686a>

Séguin, M. et Chawky, N. (2020, septembre). *Formation provinciale sur l'intervention de crise dans le milieu 24/7* [document inédit]. Regroupement des Services d'Intervention de Crise du Québec.

Trussart, A. (2021, 17 janvier). Un bon Samaritain déneige 150 voitures à l'hôpital de Saint-Jérôme. *La Presse*. <https://www.lapresse.ca/actualites/2021-01-17/un-bon-samaritain-deneige-150-voitures-a-l-hopital-de-saint-jerome.php>