

« A l'écoute, dynamique et tournée vers l'avenir »

Information du 11 octobre 2022

La Politique RH sous le signe de la santé

Chères collaboratrices, chers collaborateurs,

La promotion de la santé ainsi que les stages au sein de l'Etat sont à l'honneur de cette Newsletter automnale. La politique RH a pour but de mettre en œuvre les besoins les plus importants des collaborateurs et collaboratrices émis lors des cafés RH il y a 3 ans. Cette culture participative a notamment permis de faire émerger les 7 axes stratégiques illustrés dans chacune de ces Newsletters.

La santé et le bien-être au travail sont des sujets qui touchent chacune et chacun d'entre nous. En matière de santé, deux paradigmes sont en jeu : l'un étant axé sur l'individu et la réparation, l'autre sur la prévention. Cette nouvelle approche constitue une avancée majeure à l'Etat de Fribourg. Je vous invite à prendre connaissance des projets qui sont présentés ci-après et à choisir ce qui soutient et agrmente votre vie professionnelle.

Je vous souhaite une bonne lecture !

Formations en faveur de la santé

Le Service du personnel et d'organisation (SPO) propose différentes formations dans le domaine « Santé et bien-être au travail ». Les nouvelles dates seront publiées dans le courant du mois de novembre 2022 via le [catalogue des formations continues de l'Etat de Fribourg](#). Il est déjà possible d'en consulter les descriptifs, notamment :

- > [Entretenir son plaisir au travail grâce à la psychologie positive](#)
- > [RESET](#) (déconnecter pour mieux se ressourcer)
- > [La prévention de l'épuisement professionnel pour soi](#)
- > [La prévention de l'épuisement professionnel pour son équipe](#)
- > [Prévention et gestion des conflits et du harcèlement \(OHarc\)](#)



[Axe 5 : Préserver la santé et promouvoir le bien-être](#)

Promotion de la santé



[Axe 5 : Préserver la santé et promouvoir le bien-être](#)

Dédiées au bien-être des collaborateurs et des collaboratrices, les **salles de ressourcement** proposent un espace convivial et calme pour inviter au délasserment et permettre de recharger les batteries.

Depuis le début du mois d'octobre, deux nouvelles salles ont été mises à disposition du personnel du bâtiment des finances.

La Direction de l'économie, de l'emploi et de la formation (DEEF) projette également d'ouvrir un tel espace dans quelques mois.

A noter que des salles de ressourcement sont déjà à disposition des collaborateurs et collaboratrices dans plusieurs services (comme par ex. DSJS, SAAV etc.).

Consultation Espace santé social (CESS)

Un problème vous préoccupe ? La Consultation Espace santé social est là pour vous aider.

En cas de problème de santé, de conflit dans votre équipe ou avec votre chef-fe, de harcèlement sexuel ou de mobbing, de difficultés familiales ou financières ou encore pour tout autre souci qui vous pèse, vous pourrez trouver conseil et soutien.

La Consultation Espace santé social vous propose des entretiens individuels et confidentiels. Elle offre des soutiens sur divers plans : démarches auprès de la ligne hiérarchique ou des RH, orientations spécialisées, interventions dans les équipes, prêts du Fonds d'entraide sociale etc.



[Axe 5 : Préserver la santé et promouvoir le bien-être](#)

[Consultation Espace santé social](#)

Novembre - Mois Sans Tabac



[Axe 5 : Préserver la santé et promouvoir le bien-être](#)

Vous souhaitez arrêter de fumer ? Le programme Mois Sans Tabac offre l'opportunité aux fumeurs et aux fumeuses d'arrêter collectivement de fumer en novembre prochain et de bénéficier de nombreux soutiens gratuitement, accessibles tant en ligne que hors ligne.

Inscrivez-vous sur <https://mois-sans-tabac.ch/> et :

- > Recevez votre guide pratique personnalisable pour votre mois de novembre sans tabac. A chaque page un conseil, une astuce
- > Intégrez une communauté bienveillante avec des groupes Facebook privés
- > Bénéficiez d'un soutien professionnel avec des conseils d'experts, des témoignages et pleins d'astuces pour booster votre motivation !
- > Rencontrez des experts à l'écoute, prêts à répondre à toutes vos questions.

Les stages mettent leurs beaux atours

La valorisation des stages pour attirer de jeunes talents se concrétise par une nouvelle étape ! Une [page web](#) remaniée a vu le jour pour améliorer la visibilité de l'offre de stages à l'Etat de Fribourg, avec pour corollaire de nouvelles directives, qui entreront en vigueur le 1^{er} janvier 2023. Une [grille de salaires](#) harmonisée complète la page. Ainsi, les candidat-e-s et les recruteurs/euses disposent de toute la documentation qui leur est nécessaire.

La page web est issue d'une action de l'axe 7 de la Politique RH : « Accroître l'attractivité de l'Etat-employeur ».



[Axe 7 : Accroître l'attractivité de l'Etat-employeur](#)

Grippe 2022 : le retour



L'automne, c'est aussi la saison du début de la grippe, de ses inconvénients et parfois, de ses complications !

L'Etat de Fribourg vous offre à nouveau la possibilité de vous faire vacciner gratuitement au sein des bâtiments Mozaïk et des Finances sur rendez-vous en ligne.

[Axe 5 : Préserver la santé et promouvoir le bien-être](#)

Le vaccin (max. CHF 40.00) est remboursé sur note de frais. Vous pouvez également vous rendre dans une [pharmacie](#) ou vous faire vacciner par votre médecin. Une autre possibilité est de vous rendre le **25 novembre**, [journée nationale de la vaccination](#), dans un des points indiqués.

En vous souhaitant un bel automne, je vous adresse mes meilleures salutations.



Jean-Pierre Siggen

Président de la Délégation du Conseil d'Etat pour les questions du personnel (DCEQP)

ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG



HR-Politik

«Bürger nah, dynamisch und zukunftsgerichtet»

Information vom 11. Oktober 2022



Die HR-Politik im Zeichen der Gesundheit

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Dieser herbstliche Newsletter beschäftigt sich mit der Gesundheitsförderung und dem Praktikum beim Staat. Das Ziel der HR-Politik besteht in der Beantwortung der wichtigsten Bedürfnisse der Mitarbeitenden, die vor drei Jahren an den HR-Kaffees ausgedrückt wurden. Diese partizipative Kultur ermöglichte namentlich den Erhalt der sieben strategischen Stossrichtungen, die in jedem Newsletter angesprochen werden.

Die Gesundheit und das Wohlbefinden am Arbeitsplatz sind Themen, die uns alle betreffen. Für die Gesundheit werden an zwei Fronten Massnahmen umgesetzt: eine konzentriert sich auf die Einzelpersonen und die Genesung und die andere auf die Prävention. Dieser neue Ansatz ist ein wichtiger Schritt für den Staat Freiburg. Erfahren Sie mehr über die im Folgenden vorgestellten Projekte und entscheiden Sie selber, was Sie in Ihrem Berufsalltag unterstützt und Würze rein bringt.

Ich wünsche Ihnen viel Spass bei der Lektüre!

Gesundheitsschulungen

Das Amt für Personal und Organisation (POA) bietet mehrere Aus- und Weiterbildungen zum Thema «Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz» an. Die neuen Daten werden im November 2022 im [Katalog der Weiterbildungen des Staates Freiburg](#) veröffentlicht. Die Beschreibungen der verschiedenen Ausbildungen sind bereits aufgeschaltet, wie:

- > [Spass an der Arbeit mit positiver Psychologie](#)
- > [RESET](#) (Abschalten, um mehr Energie zu tanken)
- > [Stress – Entstehung und Bewältigung](#)
- > [Burnout-Prävention für das eigene Team](#)
- > [Prävention und Umgang mit Konflikten und Belästigung](#)



[Stossrichtung 5: Erhalt der Gesundheit und Förderung des Wohlbefindens](#)

Gesundheitsförderung



Die **Erholungsräume** sollen das Wohlbefinden der Mitarbeitenden fördern und bieten einen gemütlichen und ruhigen Bereich, um sich zu entspannen und die Batterien wieder aufzuladen.

Ab Anfang Oktober stehen dem Personal des Finanzgebäudes zwei neue solche Räume zur Verfügung.

Die Volkswirtschafts- und Berufsbildungsdirektion (VWBD) plant ebenfalls, in einigen Monaten einen solchen Erholungsraum zu eröffnen.

Es ist anzumerken, dass den Mitarbeitenden mehrerer Dienststellen (wie beispielsweise SJS, LSVW usw.) bereits Erholungszonen zur Verfügung stehen.

[Stossrichtung 5: Erhalt der Gesundheit und Förderung des Wohlbefindens](#)

Beratungsstelle Espace Gesundheit-Soziales (CESS)

Gibt es ein Problem, das Sie beschäftigt? Der Espace Gesundheit-Soziales ist für Sie da.

Hier finden Sie Beratung und Unterstützung bei gesundheitlichen Problemen, Konflikten in Ihrem Team oder mit Ihrem Chef bzw. Ihrer Chefin, sexueller Belästigung oder Mobbing, familiären oder finanziellen Schwierigkeiten und bei allen anderen Problemen, die Sie belasten können.

Die Beratungsstelle Espace Gesundheit-Soziales bietet vertrauliche Einzelgespräche. Sie verfügt über verschiedene Vorgehensweisen: Kontakt mit den Vorgesetzten oder dem HR, Weiterverweisung an Fachstellen, Gruppen-intervention, Darlehen des Sozialfonds usw.



[Stossrichtung 5: Erhalt der Gesundheit und Förderung des Wohlbefindens](#)

[Beratungsstelle Espace Gesundheit Soziales \(CESS\)](#)

November – Rauchfreier Monat

[Stossrichtung 5: Erhalt der Gesundheit und Förderung des Wohlbefindens](#)

Sie möchten mit dem Rauchen aufhören? Das Programm «Rauchfreier Monat» bietet Raucherinnen und Rauchern die Möglichkeit, im kommenden November gemeinsam mit dem Rauchen aufzuhören. Die Teilnehmenden profitieren dabei von zahlreichen kostenlosen Unterstützungsangeboten, die sowohl online als auch offline zugänglich sind.

Melden Sie sich jetzt an: <https://rauchfreiermonat.ch>. Das wartet auf Sie:

- > Persönliche Agenda mit Ratschlägen, Tipps und Herausforderungen für Ihren rauchfreien November
- > Wohlwollende Gemeinschaft und Austausch in privaten Facebook Gruppen
- > Unterstützung und Motivation durch Expertinnen und Experten sowie Erfahrungsberichte von ehemaligen Raucherinnen und Rauchern, die Sie zum Erfolg führen werden!
- > Treffen Sie sich mit den Expertinnen und Experten des Programms – sie werden Ihnen zuhören und all Ihre Fragen beantworten.

Bühne für das Praktikum

Die Förderung der Praktika, um junge Talente anzuziehen, erreicht eine nächste Etappe! Eine überarbeitete [Website](#) wurde aufgeschaltet, um die Sichtbarkeit der Praktika beim Staat Freiburg zu verbessern. Dazu gehören auch neue Richtlinien, die am 1. Januar 2023 in Kraft treten. Eine harmonisierte [Lohntabelle](#) ergänzt die Seite. So verfügen die Kandidatinnen und Kandidaten sowie die Rekrutierenden über alle erforderlichen Unterlagen.

Die Website entspricht einer Massnahme der Stossrichtung 7 der HR-Politik: «Steigerung der Attraktivität des Arbeitgebers Staat».



[Stossrichtung 7: Steigerung der Attraktivität des Arbeitgebers Staat](#)

Impfkampagne gegen die Grippe 2022



[Stossrichtung 5: Erhalt der Gesundheit und Förderung des Wohlbefindens](#)

Der Herbst ist auch die Jahreszeit, in der die Grippe beginnt, deren Unannehmlichkeiten und manchmal auch deren Komplikationen!

Der Staat Freiburg bietet Ihnen wieder die Möglichkeit, sich im Mozaik-Gebäude und im Finanzgebäude kostenlos impfen zu lassen, indem Sie online einen Termin vereinbaren.

Die Kosten für die Impfung (max. CHF 40.00) werden via Spesenabrechnung zurückerstattet. Sie können auch in eine Apotheke gehen oder sich von Ihrem Arzt impfen lassen. Eine weitere Möglichkeit besteht darin, am nationalen Impftag **den 25. November** eine der angegebenen Stellen aufzusuchen.

Mit herbstlichen Grüssen

Jean-Pierre Siggen

Präsident der Delegation des Staatsrates für Personalfragen

ETAT DE FRIBOURG

STAAT FREIBURG



