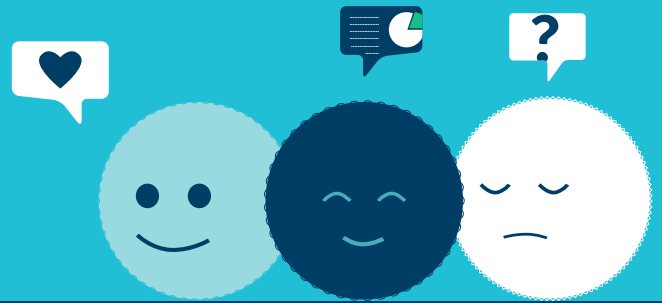


# Vous prenez soin des autres



léo

Et si vous pensiez aussi à vous?

leoquebec.org



LÉO collectif est un service de soutien psychologique collectif pour les équipes des coopératives et OBNL du Québec.

## LÉO COLLECTIF, c'est quoi?

Votre équipe est fatiguée, éclatée? Vous avez besoin d'un temps ensemble pour vous retrouver?

LÉO collectif vous offre du soutien psychologique en petite équipe pour parler des sujets qui vous préoccupent et être mieux outillés, ensemble, pour aller mieux au travail.

Accompagnés de deux thérapeutes, vous vivrez une série de trois ateliers de deux heures, en personne ou virtuellement sur une période d'environ un mois. La participation est volontaire, les discussions sont confidentielles.

Les ateliers sont adaptés à vos besoins mais ils ne remplacent pas une activité réflexive sur les pratiques professionnelles (ex. : supervision). Le service est offert en français et vient en soutien à la ligne téléphonique LÉO.



## À qui s'adressent les ateliers?

LÉO collectif est dédié aux employé-es des organismes communautaires et/ou de l'économie sociale. Chaque groupe peut être composé de huit à dix personnes de la même organisation. Cette première année, LÉO collectif, à la différence de la ligne téléphonique, ne prendra pas en charge les bénévoles des organisations.

## Déroulement

Chaque cycle d'ateliers comprend **trois séances de deux heures en présence de deux psychothérapeutes**. Une grande place est donnée à la parole et à l'expression. Des outils sont aussi fournis pour dépasser les difficultés et faire face aux perturbations du quotidien.



## Comment ça marche?

Gestionnaires d'organismes communautaires ou d'économie sociale, vous souhaitez faire bénéficier votre équipe d'un soutien psychologique collectif?

1. Contactez la **Coordination du service de psychothérapie** au (514) 524-3561, poste 3308 ou à l'adresse courriel [psychotherapie@centrestpierre.org](mailto:psychotherapie@centrestpierre.org) afin de discuter des besoins et modalités de soutien.
2. Par la suite, des rencontres seront organisées avec des psychothérapeutes au Centre St-Pierre, dans votre organisation ou encore par visioconférence.



## Combien ça coûte?

LÉO collectif est financé en grande partie par la Fondation Lucie et André Chagnon et Centraide du grand Montréal. À cet effet, la tarification est la suivante : 574,20\$ pour toute organisation; un tarif réduit de 382,80\$ est cependant proposé aux organisations à faibles revenus. Nous vous invitons à nous contacter pour discuter des détails.

*Ces ateliers sont dispensés par des psychothérapeutes du service de psychothérapie à tarifs modulés du Centre St-Pierre, en collaboration avec le Laboratoire de recherche sur la santé au travail de l'UQAM.*

