

offre de services

Fondation CERVO



soumis par
Martin Binette
Directeur général adjoint et
Chef de l'exploitation

418, rue Sherbrooke Est
Montreal, Quebec H2L 1J6

relief.ca

détails sur les services



● **Conférence virtuelle de 90 minutes destinée aux entrepreneurs et aux professionnels.**

Notre conférence «garder l'équilibre au travail» met l'emphase sur la déstigmatisation, la demytification, la sensibilisation des maladies mentales et la promotion des services disponibles. Cette conférence outille les participants en leur montrant comment devenir le patron de leur santé mentale.

- Animée par un intervenant-e de Relief
- Témoignage par un ambassadeur(trice) de Relief
- Format : webinaire Zoom
- Nombre de participants max. : 250/conférence
- Disponible en français et en anglais

● **Formation de 4 heures réservée aux gestionnaires**

La formation «mon relief au travail » sensibilise les participants sur les enjeux en santé mentale et renforce leur capacité à offrir un meilleur soutien à leur équipe et à leur organisation. Cette formation met l'accent sur les moyens pour continuer à prendre soin de soi et des autres.

- Animée par un intervenant-e de Relief
- Nombre maximum de participants : 15/formation
- Format atelier, en virtuel ou en présentiel
- Disponible en français et en anglais

● **Service de coaching individuel et ponctuel inclus**

3 heures de coaching personnalisé et individuel d'une valeur de 600\$ disponibles après la formation mon relief au travail. Une banque d'heures additionnelles peut-être réservée moyennant des frais supplémentaires de 200\$/heure.

● **Services de soutien aux entrepreneurs et aux professionnels**

- Groupe de soutien
- Soutien individuel avec un intervenant

qui est Relief?

Relief est un centre d'expertise et de soutien en santé mentale, qui compte un réseau de partenaires à travers le Québec et le Canada.

Reconnu comme une référence et un leader pour les troubles mentaux courants, Relief a développé une véritable innovation sociale avec son concept unique de soutien à l'autogestion.

Ses services bilingues et virtuels s'intègrent autant en milieu du travail, qu'au sein de l'écosystème de services et de soutien social des communautés.

Relief en quelques chiffres

2,2M\$

de revenus
par an



21 %

autofinancement

22 %

subventions

57 %

philantropie

10 000

personnes
soutenues
par année

346 000

interventions
depuis 30 ans



99 %

des participants-e-s
recommandent nos
ateliers d'auto gestion

89 %

se disent
satisfait-es-
de nos ateliers

19,5 %

frais
administratifs