



# léo

LIGNE D'ÉCOUTE  
OBNL - COOP

1 855 768-7536

Une initiative de: **CSMO  
ESAC**

Avec le soutien de:

 Fondation Lucie  
et André Chagnon



## LEO, C'EST QUOI?

LÉO est une **ligne de soutien psychologique provinciale** pour les **travailleurs-euses, ex-travailleurs-euses et bénévoles** du secteur d'emploi de l'économie sociale et de l'action communautaire. Ce service de soutien gratuit est une réponse à la détresse psychologique qui a émergée dans les organisations en contexte de COVID-19. Le service est offert de manière confidentielle et il est disponible en français, anglais et espagnol.

## LÉO, C'EST POUR MOI?

Tu es:

- Travailleur-euse actuel-le d'une organisation collective (OBNL/COOP)
- Gestionnaire actuel d'une organisation collective (OBNL/COOP)
- Chômeur-euse d'une organisation collective (OBNL/COOP) ayant perdu ton emploi durant les 6 derniers mois
- Bénévole d'une organisation collective (OBNL/COOP)



Alors, oui! LÉO est pour toi!



## QUI EST AU BOUT DU FIL QUAND J'APPELLE LÉO ?

Nous travaillons de concert avec un organisme qui œuvre depuis plus de 35 ans en santé mentale. Ces professionnels-les sont tous et toutes qualifiés-es et expérimentés-es. Leur service est **personnalisé, confidentiel, empreint d'empathie et de respect.**

## JE PEUX PARLER DE QUOI?

Les intervenants-es sont formés-es pour répondre à des multiples problématiques. En voici quelques exemples:

- Difficultés personnelles (santé mentale, stress, anxiété, angoisse, etc.)
- Problèmes de couple (séparation, divorce, violence conjugale, etc.)
- Problématiques en milieu de travail (harcèlement, stress, motivation, etc.)
- Défis familiaux (conciliation, enfants à défis particuliers, surmenage, etc.)
- Difficultés financières (dettes, faillites, pré-retraite, etc.)



## COMMENT ÇA MARCHE?

1. J'appelle au 1 855 768-7LEO (1 855 768-7536)
2. On prend quelques minutes pour cerner mon besoin, s'assurer que je suis à la bonne place et que la formule me convient.
  - Entre 9h et 17h, un-e intervenant-e me répond directement
  - En dehors des heures de bureau, je laisse un message et on me rappelle le lendemain.
3. On fixe ensemble jusqu'à 5 séances d'une heure (5h de soutien)

## CE QUE DISENT LES UTILISATEURS DE LÉO

- « Le programme LÉO est arrivé au bon moment dans ma vie! »
- « J'ai trouvé les services rapides et efficaces! »
- « Le programme LÉO a tout à fait répondu à mes besoins! »
- « Je me sens soulagé, plus léger et confiant! »
- « J'ai aimé l'accessibilité et la proactivité de la formule! »
- « Je vais en parler à mes collègues qui pourraient en bénéficier! »

