

Édition 2024-2025

# LE magazine

du Centre St-Pierre

**RECENTRER  
LA NOTION DE  
COMMUNAUTÉ**  
*au CŒUR du  
communautaire*

Courrier du cœur :

**PRENDRE SOIN DE SOI...  
AU TRAVAIL**

L'accompagnement  
spirituel, **EST-CE  
POUR MOI ?**

**LA COHÉRENCE  
IDENTITAIRE**  
Lorsque mes  
bottines suivent  
mes babines

## Table des matières

- 3 Mot du directeur
- 4 Nos services
- 6 Recentrer la notion de communauté au cœur du communautaire
- 8 La cohérence identitaire
- 11 L'accompagnement spirituel, est-ce pour moi ?
- 12 Courrier du cœur : prendre soin de soi... au travail
- 14 Codéveloppement en gestion des ressources humaines
- 16 La relève : entre défis et opportunités
- 17 Paradoxe et vie démocratique
- 18 OBNL ou OSBL ?
- 18 Que fais-je de ce qu'on a fait de moi ? Introduction à la sociologie clinique
- 21 Passer par quatre-chemins et honorer ses expériences passées
- 22 Calendrier de programmation
- 24 L'intelligence artificielle : soutien ou opposition avec l'action communautaire autonome ?
- 26 L'éducation populaire autonome : le temps du changement ?
- 28 Programmation formations 2024-2025
- 38 Programmation conférences 2024-2025
- 40 Accueil et location de salles
- 41 Événements virtuels
- 43 Boîte à outils et guides

### Coordination et édition

Marie-Philippe Gagnon-Gauthier

### Design graphique

Jonathan Rehel pour Six CreativeLab

### Rédaction

Vanusa Andrade  
Julie Boyer  
Charles Fillion  
Daniel Fillion  
François Gélinas  
Anne Goupil  
Marie-Eve Leblanc  
Cathy Martel  
Chantale Prévost  
Susie Richard  
Manuel Soto

Imprimé par Traitement postal  
7 000 exemplaires  
© 2024 • Centre St-Pierre



CENTRE ST-PIERRE

1212 rue Panet, Montréal (Québec) H2L 2Y7  
Tél. : 514.524.3561 | Téléc. : 514.524.5663  
info@centrestpierre.org | [centrestpierre.org](http://centrestpierre.org)

# MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



Crédit photo : Myriam Baril-Tessier

**CHARLES  
FILLION**

## ICI, ON FABRIQUE DU SENS ! MAIS COMMENT ?

**Ce slogan — Ici, on fabrique du sens ! — est le nôtre depuis 2015.**

**M**ais comment fabrique-t-on du sens ? Quels en sont les ingrédients ? Ma courte réponse se résume en trois idées : par la présence, la pertinence et l'éducation populaire.

J'entends par qualité de présence, d'abord à soi, puis une présence à l'autre : à sa réalité, ses besoins, ses aspirations. Être présent, signifie pour moi l'exercice d'une réelle écoute, accueillante et empreinte d'ouverture. C'est aussi chercher à comprendre ce qui arrive, avec bienveillance. C'est accompagner pour trouver le sens à ce qui est vécu et ressenti, avec humilité. C'est prendre le temps requis avant de passer à une prochaine étape pour agir avec plus de pertinence.

Cela peut paraître simple, mais requiert tout de même une confiance en soi qui exige un temps d'arrêt pour tendre vers une totale disponibilité dans le moment présent. Mon expérience des cinq dernières années au Centre St-Pierre m'a amenée à intégrer les dimensions spirituelles, psychologiques, politiques, andragogiques et sociales au quotidien. Clairement, ma pratique s'est transformée, particulièrement au plan de la gestion des ressources humaines et de l'exercice du

leadership. J'ai découvert, tardivement pourriez-vous dire, l'importance de la présence à l'autre comme une posture déterminante pour résoudre, plus efficacement et intelligemment, des problématiques parfois difficiles.

Travailler avec une si grande équipe expérimentée en éducation populaire et dans le développement des capacités des personnes m'ont permis d'apprendre de nouvelles pratiques, plus mobilisatrices, et de développer mes capacités dans l'exercice de mon travail.

Mais dans quel but fabriquer du sens ? Pour plus de liberté et plus d'autonomie sur notre devenir. Pour une recherche constante du bien commun et de l'intérêt collectif. Pour que nos expériences — personnelle, familiale ou professionnelle — soient mises à contribution dans la transformation sociale. Au Centre St-Pierre, cette transformation s'inscrit clairement dans un but de justice sociale, soit d'améliorer les conditions de vie et notre pouvoir d'agir sur les inégalités qui empêchent, par exemple, la pleine participation à la vie collective des personnes souvent marginalisées ou en processus de réparation à des blessures passées.

À une époque où la recherche de sens emprunte plusieurs voies, le milieu communautaire est, par son histoire et sa mission de transformation sociale, une pépinière à en fabriquer. Empreint d'histoires et animé par des luttes sociales qui ont transformé la vie des gens, le milieu communautaire québécois forme un véritable incubateur de fabrication du sens. À nous toutes et tous de veiller à ce que bâtir du sens garde le cap sur le bien commun et la justice sociale.





# NOS SERVICES

Le Centre St-Pierre est un lieu de formation, de collaboration, de rencontre et d'accompagnement pour les personnes et les organisations qui partagent une vision globale de justice sociale et de transformation sociale. Il vise par son action et son approche andragogique, la prise en charge et l'autonomie des personnes et des groupes.

## POUR LES ORGANISATIONS

### Accompagnement

Notre équipe de soutien aux organisations offre une diversité de forces, de compétences et d'expériences dans le milieu communautaire. Notre approche est centrée sur l'éducation populaire, favorisant l'inclusion et la participation de tous et toutes. Nos champs d'intervention sont :

- L'animation, mobilisation et développement communautaire
- La communication et les nouveaux médias
- La gestion des ressources humaines
- La gouvernance démocratique
- L'intervention psychosociale
- Le leadership et le développement organisationnel

**Pour faire une demande**  
[formation@centrestpierre.org](mailto:formation@centrestpierre.org)  
514 524-3561 poste 4409

### Animation et présidence d'assemblées

Que votre activité ait lieu dans l'une de nos salles en location ou dans vos locaux, vous pouvez bénéficier des services de notre équipe d'animation pour faciliter vos rencontres, animer vos événements ou présider vos assemblées générales.

Vous pouvez également nous confier la conduite d'un processus participatif tels qu'un forum, une journée de réflexion stratégique ou une communauté de pratique ainsi que nous déléguer la prise de notes et la rédaction de compte-rendu de vos activités.

**Pour en savoir plus**  
[formation@centrestpierre.org](mailto:formation@centrestpierre.org)  
514 524-3561 poste 4409

### Développement professionnel

L'équipe de Soutien aux organisations offre des cliniques éclair et du coaching individuel ou de groupe. Notre approche se distingue par notre humilité, reconnaissant que nous ne sommes pas des experts, mais des facilitateurs engagés à vous accompagner dans votre démarche de développement professionnel. Le format « clinique éclair » vous permet des consultations à distance de courte durée. Vous pouvez ainsi obtenir de l'aide sur un sujet précis, une réponse à une question technique ou demander un avis.

**Pour en savoir plus**  
[formation@centrestpierre.org](mailto:formation@centrestpierre.org)  
514 524-3561 poste 4409

### Formations sur mesure

Notre équipe répond à vos besoins spécifiques en personnalisant les contenus, les formats et les horaires, que ce soit à distance ou en personne, dans nos locaux ou dans les vôtres. Nos formations touchent des thèmes tels que : le ressourcement, le sens de l'engagement, la prise de parole en public, l'intervention psychosociale, la planification stratégique, l'animation, la concertation, la mobilisation et plus !

**Pour en savoir plus**  
[formation@centrestpierre.org](mailto:formation@centrestpierre.org)  
514 524-3561 poste 4409

## Location de salles

Le Centre St-Pierre est l'endroit par excellence pour vos événements, colloques, formations, rencontres d'équipe et conférences de presse en présentiel, en virtuel ou en mode hybride ! Consultez les disponibilités de nos salles et effectuez vos réservations en ligne, sur place ou par téléphone.

- Situé près des grands médias, à deux pas du centre-ville et du métro Beaudry
- Salles climatisées et lumineuses
- Wi-Fi et Internet haute vitesse
- Soutien technique et équipement audiovisuel (\$)
- Accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Ouvert 7 jours sur 7
- Stationnement réservé à notre clientèle
- Tarif préférentiel pour les milieux communautaire, de l'économie sociale et syndical.

**Pour réserver une salle**  
[salles@centrestpierre.org](mailto:salles@centrestpierre.org)  
514 524-3561

## Supervision clinique individuelle ou de groupe

Plusieurs psychothérapeutes pratiquant au sein de notre service de psychothérapie ainsi que des collaboratrices, travailleuses sociales, d'expérience, offrent leurs services en supervision clinique afin de soutenir les groupes communautaires et les personnes intervenantes de première ligne. Notre offre de supervision comprend plusieurs approches afin de répondre le mieux possible à vos besoins !

**Pour en savoir plus**  
[psychotherapie@centrestpierre.org](mailto:psychotherapie@centrestpierre.org)  
514-524-3561, poste 3308



## POUR LES INDIVIDUS

### Accompagnement spirituel

Ce service s'adresse à toute personne souhaitant un espace de parole pour retrouver en elle ses forces de vie, tout en parcourant au besoin les lieux de fragilités que la vie lui impose. Évidemment, la dimension spirituelle est au cœur de la rencontre et s'inscrit dans une ouverture à la diversité religieuse et spirituelle propre à chaque personne.

**Pour prendre rendez-vous**  
514-524-3561 poste 4432

### Psychothérapie

Le Centre St-Pierre offre aux personnes et aux couples, particulièrement à ceux et celles qui ne peuvent avoir accès aux services privés, la possibilité d'entreprendre une démarche psychothérapeutique selon leurs moyens financiers, sans contraintes quant au nombre de séances.

*Veillez noter qu'il y a une liste d'attente pour obtenir les services. Consultez notre site web pour plus de détails.*

### Pour faire une demande

Les demandes pour un suivi en psychothérapie se font par téléphone au 514 524-3561 les premiers et troisièmes mardi du mois entre 10 h et 12 h.



**SCFP**  
Syndicat canadien de  
la fonction publique 

Une force pour  
les services publics

de demain



# RECENTRER LA NOTION DE COMMUNAUTÉ AU CŒUR DU COMMUNAUTAIRE

— PAR

**VANUSA  
ANDRADE**

Soutien aux  
organisations

**MARIE-EVE  
LEBLANC**

Soutien aux  
organisations

Que veut dire « vivre en communauté » ? Est-ce que ce serait de partager un même espace physique, un centre communautaire, un parc, un bâtiment, des lieux publics ? Ou encore de partager nos ressources, notre cadre de référence, nos valeurs, nos idéaux ?

Pour nous aider à répondre, utilisons une image : les hippies des années 60, qui voulaient vivre en harmonie avec la nature et qui avaient un idéal de « peace and love ». Ils partageaient cette volonté de vivre en paix et dans l'amour, contre la guerre et la société de consommation. Ce mouvement qui a pris naissance aux États-Unis a gagné le monde occidental et encore aujourd'hui, en 2024, il y a des personnes qui s'identifient aux hippies des années 60, que ce soit en Amérique du Nord, centrale ou du Sud. Le mouvement hippie nous prouve que des personnes qui n'habitent pas le même espace physique ni le même pays, qui ne parlent pas la même langue, de différents âges et issues de différents contextes, peuvent partager le même idéal de paix, d'amour et de liberté. Nous pourrions affirmer que « vivre en communauté », c'est mettre l'accent sur ce que nous avons en commun pour construire notre monde. Au lieu de nous isoler parce que nous sommes différents les uns des autres, nous pouvons nous servir de nos différences pour enrichir notre expérience en tant que groupe.

Nous savons que l'humain a tendance à se regrouper avec ses semblables, c'est normal. **Alors pour atteindre nos ambitions d'équité, de diversité et d'inclusion (EDI), nous devons en quelque sorte lutter contre notre tendance naturelle à s'allier seulement avec des personnes qui nous ressemblent.** Un défi de taille considérant que beaucoup d'entre nous ressentent l'épuisement à force de nous battre pour obtenir des ressources de base. Nous sommes présentement dans un contexte qui nous divise, alors qu'il est plus important que jamais de mettre l'accent sur ce que nous avons en commun et nous rappeler pourquoi nous sommes ensemble. Peu importe d'où nous venons, si nous avons une déficience motrice, un diagnostic de santé mentale ou une situation familiale particulière, il faut revenir à ce qui nous lie comme individu. Nous avons tous et toutes un nom, une histoire, un besoin de reconnaissance, des insécurités, un besoin d'aimer et d'être aimé-e.

L'inclusion, c'est beaucoup plus que des politiques internes ; elle se vit dans les petites choses. Il faut sortir des modes d'assimilation et d'acculturation qui



ont historiquement primé. Le dénominateur commun c'est l'ouverture à se remettre en question et tenter de comprendre d'où la personne vient et ce qui l'a forgée. L'ouverture se travaille dans notre quotidien. Plus nous nous exposons aux différences, à la diversité, aux diverses façons de vivre, plus nous avons l'occasion d'analyser et de questionner notre vision du monde, nos pensées et nos habitudes. Chaque personne est porteuse de sa propre vérité, chaque personne est un univers en soi. Avec tellement de vérités dans le monde, l'ouverture à l'autre relève le défi du vivre-ensemble, de reconnaître la vérité de l'autre, tout en reconnaissant la nôtre aussi.

Pour vivre en communauté, il faut admettre que toutes les façons de vivre sont légitimes. Ne pas voir la différence comme une menace, mais plutôt comme une opportunité d'apprentissage. Se rappeler que même des concepts que nous croyons universels comme le respect, par exemple, ne s'incarnent pas de la même manière pour tout le monde et c'est correct ainsi. Nous devons trouver des moyens de bâtir des ponts au lieu de monter des murs. Devenir une collectivité riche d'expériences individuelles, qui travaille à former un tout : une vraie communauté ! ■



**Manon Massé**  
Députée de Ste-Marie-St-Jacques

533, rue Ontario Est, bur. 206  
Tél.: 514-525-2501  
manon.masse.smsj@assnat.qc.ca



**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

**À toutes les  
personnes artisanes  
d'une transformation  
sociale, je vous souhaite  
une bonne lecture!**



# LA COHÉRENCE IDENTITAIRE

## LORSQUE MES BOTTINES SUIVENT MES BABINES

— PAR

**CHANTALE PRÉVOST**

Coordonnatrice du service de développement personnel et spirituel

**S**e sentir aligné-e intérieurement, cœur, corps, esprit, apporte un intense sentiment d'épanouissement et de réalisation personnelle. La joie résultant de cet état procure sens et motivation. Qu'est-ce qui contribue à ce sentiment d'alignement intérieur ? Qu'est-ce qui cause l'écart en soi ? Être au plus proche de son être profond est un défi de chaque instant, mais certains éléments favorisent cette proximité et certains autres, au contraire, sont plus propices à nous en distancier.

### Entre aspirations personnelles et pressions sociales

Dans la recherche que le Centre St-Pierre a menée sur la spiritualité des 20-35 ans, nombre de participant-es exposent leur besoin de cohérence interne et leur difficulté à y répondre : « On constate ici le défi social posé aux 20-35 ans dans l'ajustement continu des valeurs personnelles profondes qui peuvent entrer en contradiction avec celles mises en avant par la société (bonheur, plaisir, qualité de vie, performance) quand l'injonction d'épanouissement, d'hédonisme et de réussite individuelle pèse lourd. » C'est à la jonction entre des valeurs personnelles profondes et des déterminants culturels et sociaux souvent inconscients qu'un nœud de contradictions peut se créer et générer l'écart si insatisfaisant entre ce que je vis et ce que j'aspire à vivre.

### Tracer son chemin vers l'authenticité : l'exercice du Dr Russ Harris

Le docteur Russ Harris, dans son livre *Le piège du bonheur*<sup>1</sup>, propose de déterminer ce qui est important pour soi ainsi qu'à tracer progressivement le contour de qui je suis. Il propose ensuite de déterminer quelles sont les actions engagées qui me rapprochent de moi, de qui je suis, de ce que je veux vivre. Cet exercice permet alors de **réduire l'écart entre ce que je fais et qui je suis**. Consciente des enjeux qui se jouent en moi, je peux déterminer plus clairement ce qui est important

pour moi et déterminer les actions me permettant de m'en rapprocher. Être attentive à ce qui m'en éloigne est tout aussi important et me permet de mettre mes énergies sur ce qui m'en rapproche et me fait me sentir plus vivante. Cet exercice, quoiqu'instructif et propice à une meilleure connaissance de soi, ne tient pas compte des déterminants familiaux et sociaux si importants dans le questionnement que plusieurs se font : « **Que suis-je devenu-e ?** ».

En conclusion, vivre en cohérence résulte d'un voyage intérieur profond, où la conscientisation, le réalignement et la prise de décision sont essentiels. Reconnaître l'impact des influences extérieures sur notre être est le point de départ de cette quête. S'engager dans une exploration de notre identité véritable et de nos valeurs fondamentales, puis œuvrer à les harmoniser, représente un parcours complexe, mais gratifiant. C'est dans cette démarche continuée que se trouve la clé d'une vie empreinte de sens et de satisfaction authentique. ▣

1 Harris, Russ, *Le piège du bonheur*, Les Editions de l'Homme, 2014, 177 pages

## Espaces d'échanges sur la spiritualité

### Les mercredis spiritualité (20-35 ans) + Passons au salon

À la recherche d'un espace sécuritaire et inclusif, où chacun-e est invité-e à s'exprimer sur des questions de spiritualité, librement et dans le plaisir ?

Les mercredis spiritualité et Passons au salon sont deux événements récurrents pour les gens curieux, en quête de réponses ou simplement désireux de partager leurs expériences spirituelles dans une ambiance décontractée.

Plusieurs rencontres auront lieu en 2024-2025 au Centre St-Pierre. Rendez-vous sur notre site web pour connaître les détails !



MIEUX LOGÉ POUR MIEUX DESSERVIR

 INITIATIVE IMMOBILIÈRE  
COMMUNAUTAIRE  
DU GRAND MONTRÉAL

**Soutenir l'accès à la propriété**  
pour contribuer au développement  
et à la pérennité **des organismes**  
**communautaires du Grand Montréal**

### 3 solutions financières

pour répondre à tous les besoins d'un  
processus d'acquisition immobilière

#### VALIDER

Prêt à l'accompagnement

#### SÉCURISER

Fonds d'acquisition social

#### RÉALISER

Fonds d'investissement social

[initiativeimmobiliere.ca](https://initiativeimmobiliere.ca)

# Savez-vous ce que font les institutions financières avec votre argent ?

À la caisse  
d'économie solidaire  
votre épargne sert à  
soutenir des projets  
d'économie sociale  
partout au Québec.



# L'ACCOMPAGNEMENT SPIRITUEL, EST-CE POUR MOI ?



— PAR

**CHANTALE PRÉVOST**

Coordonnatrice du service de développement personnel et spirituel

L'accompagnement spirituel est une pratique axée sur l'exploration et le soutien de la dimension spirituelle de l'existence, offrant un espace de partage et de croissance dans les moments de transition, de deuil, d'introspection et de recherche de sens. Voici quatre situations de vie où ce type d'accompagnement peut vous aider :

1

## Transition

*Je vis présentement une période de transition, comme l'arrivée d'un nouvel enfant, un nouvel emploi, la retraite, une séparation et ça me rend heureuse. Pourtant, je vis des moments où toute cette nouveauté présente ou à venir me submerge. Il est alors normal d'éprouver un sentiment de perte de repères. L'accompagnement spirituel facilite l'introspection, permet alors la création de nouveaux repères en lien avec la nouvelle situation ainsi que le développement de perspective inédite concernant l'avenir.*

2

## Rupture

*Dans une situation de rupture ou de deuil, la perte de l'être aimé cause un vide et remet bien souvent en question l'image que nous nous sommes construite de nous-mêmes. L'accompagnement spirituel devient un espace où notre peine est entendue, notre désarroi compris afin que nous puissions, peu à peu, reconstruire notre être et reprendre goût à la vie.*

3

## Développement personnel

*J'aime bien lire des livres sur la croissance personnelle, j'aime aussi prendre des formations et participer à différents types d'ateliers. J'apprends sur moi, mais tous ces apprentissages restent sans lien. C'est lors de mon accompagnement spirituel que je suis en mesure de faire ressortir l'apprentissage effectué et de le mettre en lien avec ceux réalisés dans les derniers mois. Ça me permet une intégration consciente du vécu et l'ouverture vers plus de liberté intérieure.*

4

## Perte de repères

*Je traverse présentement une période de vie tumultueuse. Je ne suis pas heureuse, je m'observe critiquer et exiger. Je ne me reconnais plus. J'ai perdu le nord. L'espace de parole mit de l'avant lors de l'accompagnement spirituel peut alors me servir de boussole pour me retrouver et reprendre pied, faire de nouveau choix, retrouver du sens à ma vie.*

Bien sûr, la vie nous présente régulièrement de multiples situations pouvant aussi bénéficier d'un accompagnement spirituel. Il est toutefois bon de se souvenir que lorsque des situations affectent notre santé mentale, nous devons nous diriger vers les ressources spécialisées en ce sens, psychologues, psychothérapeutes et médecin. Si ce n'est pas le cas, un appel à mon accompagnatrice et le tour est joué ! ▣

# COURRIER DU CŒUR

## PRENDRE SOIN DE SOI... AU TRAVAIL

— PAR

**SUSIE RICHARD**

Formatrice et accompagnatrice

**CATHY MARTEL**

Formatrice et accompagnatrice

### « Cher Magazine du Centre St-Pierre,

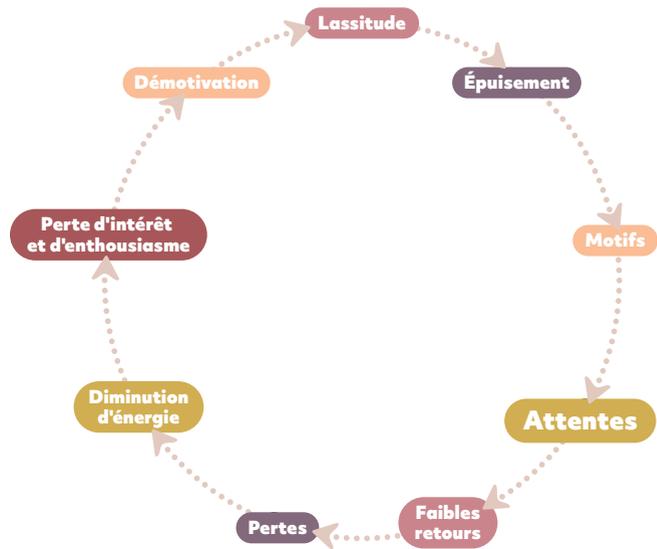
*Je me tourne vers vous avec un cœur lourd et une volonté sincère de retrouver ma passion. Après plusieurs années à travailler dans notre organisme, j'avoue me sentir perdue. Nos membres vont plus mal que jamais, j'ai de la difficulté à ne pas penser au travail le soir. Je sens que je me démotive de plus en plus. Je veux retrouver la joie que j'avais en arrivant ici.*

*Merci de m'aider ! » — Stéphanie*

Chère Stéphanie. Il est vrai que nous voyons partout une augmentation de la détresse. Les organismes travaillent de peine et de misère pour remplir leur mission. Voici quelques informations pour trouver l'équilibre au travail et prendre soin de soi :

- Connaissiez-vous la théorie du flow de Mihaly Csikszentmihalyi ? Selon lui, lorsqu'un·e employé·e ressent régulièrement le flow dans son travail, iel a confiance en ses capacités, est à l'aise, persévère dans les situations difficiles, sait faire face au stress, use de créativité et performe dans ses tâches. Quand on ressent le flow, on sait se développer, on a du plaisir dans nos tâches et la motivation arrive plus facilement.

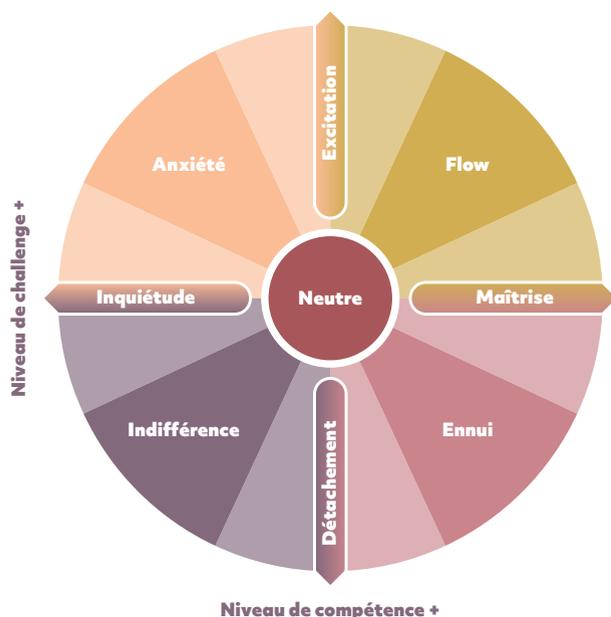
- Selon Arcand et Brissette (2013), si les attentes ne sont pas comblées et qu'il y a peu ou pas de retour pour les énergies investies de l'individu, celui-ci vivra une perte d'intérêt.



- Pour répondre aux attentes en milieu professionnel, il est essentiel de privilégier l'utilisation régulière de tous les modes de reconnaissance au travail, notamment des résultats obtenus, de la pratique professionnelle, de l'importance existentielle du travail et de l'investissement dans les tâches professionnelles (Brun et al., 2005).

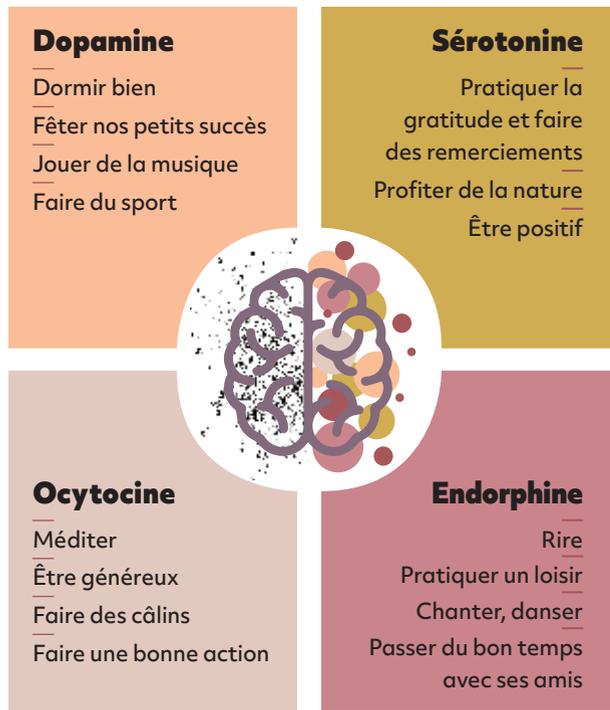
- La recherche de Jacques Forest, portant à comprendre pourquoi on fait ce que l'on fait, révèle que pour augmenter sa motivation, il faut répondre aux besoins des individus par trois éléments fondamentaux :
  - Favoriser l'autonomie
  - Permettre de développer ses compétences
  - Favoriser le développement de l'affiliation
- Prendre soin de soi, ça s'apprend et ça commence par soi-même. Le bonheur n'est pas un résultat en soi, mais bien un processus dans lequel on doit apprendre à se connaître :
  - Détecter ses distorsions cognitives
  - Identifier ses pensées pour les changer
  - Identifier l'émotion créée par les pensées et gérer les réactions physiologiques
  - Développer de saines habitudes de vie

Expériences selon le Modèle du Flow



Plusieurs auteurs et chercheurs s'entendent pour dire qu'en changeant notre façon de penser et d'agir au jour le jour, nous pouvons changer et même améliorer notre bien-être !

- Développer de saines habitudes de vie en activant nos hormones peut tout changer :

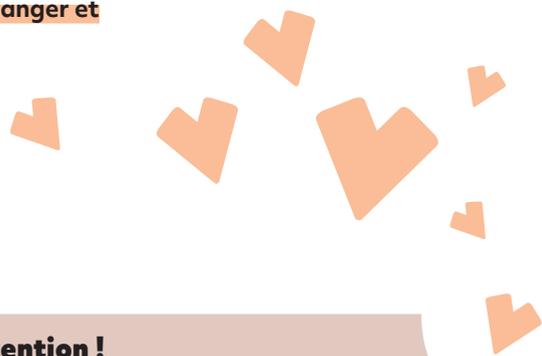


**Dopamine**  
 Dormir bien  
 Fêter nos petits succès  
 Jouer de la musique  
 Faire du sport

**Sérotonine**  
 Pratiquer la gratitude et faire des remerciements  
 Profiter de la nature  
 Être positif

**Ocytocine**  
 Méditer  
 Être généreux  
 Faire des câlins  
 Faire une bonne action

**Endorphine**  
 Rire  
 Pratiquer un loisir  
 Chanter, danser  
 Passer du bon temps avec ses amis



**Attention !  
 Pièges à éviter :**

- Éviter la situation stressante
- Utiliser nos stratégies seulement quand ça va bien
- S'inquiéter de nos réactions physiques causées par le stress

Pour conclure, écoutez vos besoins, Stéphanie, et surveillez votre niveau d'énergie. Demandez-vous ce qui vous nourrit et ce qui vous prend des forces dans votre travail. Épuiser nos réserves nous empêche d'être présent-e-s pour celles et ceux qui comptent sur nous dans nos organisations. Et, sans vous, sans les travailleurs et travailleuses du communautaire, aucune transformation sociale n'est possible. ▣



**VALÉRIE PLANTE**  
 Mairesse de Montréal et de Ville-Marie  
 mairesse@montreal.ca

Les membres du conseil de l'arrondissement de Ville-Marie sont heureux de souligner l'engagement du Centre St-Pierre.



**ROBERT BEAUDRY**  
 Conseiller de la Ville  
 District de Saint-Jacques  
 robert.beaudry@montreal.ca



**SOPHIE MAUZEROLLE**  
 Conseillère de la Ville  
 District de Sainte-Marie  
 sophie.mauzerolle@montreal.ca



**SERGE SASSEVILLE**  
 Conseiller de la Ville  
 District de Peter-McGill  
 serge.sasseville@montreal.ca



**VICKI GRONDIN**  
 Conseillère de la Ville désignée  
 vicki.grondin@montreal.ca



**ALIA HASSAN-COURSOL**  
 Conseillère de la Ville désignée  
 alia.hassan-coursol@montreal.ca



# CODÉVELOPPEMENT EN GESTION DES RESSOURCES HUMAINES

## EXPÉRIENCE D'UNE COMMUNAUTÉ D'APPRENTISSAGE TENUE AU CSP

— PAR

**DANIEL  
FILLION**

Formateur et  
accompagnateur

Le Centre St-Pierre (CSP) offre à la communauté et aux organismes communautaires des accompagnements et des formations sur divers sujets concernant

la gestion des ressources humaines (GRH). La complexité et la rapidité des changements de notre société requièrent une adaptation continue de nos pratiques de gestion. C'est donc dans cette perspective et pour répondre aux besoins grandissants des gestionnaires d'OSBL que le CSP a proposé une communauté d'apprentissage comme le groupe de codéveloppement en GRH, selon la méthode Payette-Champagne. Cet article vise à vous partager l'expérience que j'ai vécue dans la facilitation de deux cohortes au cours des périodes s'étendant de 2022 à 2024. Je mettrai l'accent sur les apprentissages des participant-es ainsi que ce que je retiens de cette expérience.

Les ateliers de codéveloppement ont comme objectif de permettre aux membres d'une équipe d'aider leurs pairs dans la résolution de son **problème, projet ou préoccupation (PPP)** en respectant une démarche structurée, facilitée par une personne compétente.

Nous misons sur l'intelligence collective, les savoirs, savoir-être et savoir-faire, ainsi que sur l'oser-faire. Cette démarche facilite la transmission de connaissances pour améliorer la pratique et le cheminement



professionnels sur la base de PPP réels. Elle permet de demander de l'aide et d'apprendre à offrir de l'aide, et ce, à partir d'une méthode andragogique qui a fait ses preuves depuis plus de 25 ans. Cette méthode est maintenant appliquée internationalement. Je retiens aussi d'autres avantages indéniables tels que :

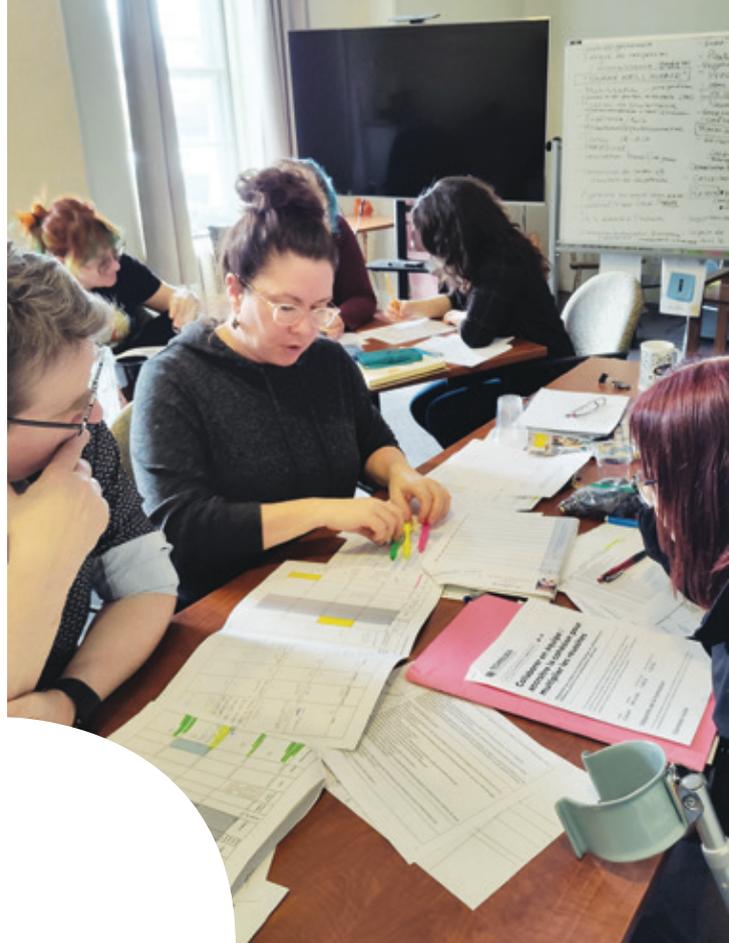
- Résoudre des problèmes
- Explorer de nouvelles avenues
- Rompre l'isolement et obtenir du soutien
- Avoir un groupe d'appartenance professionnelle
- Clarifier et partager la vision de son rôle

Au cours des deux dernières années, le CSP a formé deux cohortes de 8 à 10 personnes ayant un intérêt et des préoccupations en commun pour la GRH, dans un contexte de gestion d'OSBL. Les séances de codéveloppement ont une durée de trois heures et s'étalent durant l'année sur une période de 10 mois.

Comme facilitateur, mon rôle est de m'assurer que le processus soit rigoureux et que nous puissions cheminer au cours des séances dans le plaisir d'apprendre. Des règles de fonctionnement sont élaborées par le groupe et tout le monde s'engage à les respecter. La confidentialité, l'engagement et la disponibilité sont des règles incontournables qui contribuent à la mise en place d'un espace sécuritaire.

Les PPP présentés au cours des séances de codéveloppement couvraient un éventail très varié de sujets reliés à la GRH : rôles et responsabilités en GRH ; le transfert de connaissance ; la réalisation d'un plan d'action ; la gestion de la relève ; les rencontres d'encrenement, etc.

**Les expériences vécues, et surtout, les apprentissages effectués par les participant·es, sont ce que je retiens de plus significatif.** En plus de s'enrichir les uns les autres par leurs apprentissages, les participant·es ont su créer une communauté de pratique fondée sur le respect, l'intégrité, la confiance, et ce, dans le plaisir.



Voici une liste non exhaustive des principaux apprentissages que j'ai notés au cours de ces deux cohortes :

- Prendre soin de soi et se ménager dans le tumulte quotidien
- L'importance d'un réseau d'échange
- Faire une bonne planification
- Se doter d'un processus de recrutement rigoureux
- Clarifier les conséquences d'une personne salariée à défis
- Dépersonnalisation des situations, que tout ne repose pas sur les épaules d'une seule personne
- L'importance de clarifier les rôles pour éviter des conflits
- Comment maintenir la motivation en dépit de la complexité des situations
- L'importance des conditions de travail
- La relation CA-DG
- L'importance des règlements généraux comme outil de référence
- L'importance de bien documenter les dossiers des employé·es
- Les appréciations de la contribution : raison d'être et utilité
- Jusqu'à quel point doit-on accommoder
- Politique de la porte ouverte à 2 sens
- L'utilité des rencontres informelles
- Réfléchir sur l'image que je projette

**Pour conclure, je vous invite à participer à la prochaine cohorte du groupe de codéveloppement en gestion des ressources humaines. Consultez la page 30 ou notre site web pour en savoir plus. ☐**



# LA RELÈVE : ENTRE DÉFIS ET OPPORTUNITÉS

— PAR  
Équipe de Soutien  
aux organisations

Depuis quelques années, nous observons des changements organisationnels majeurs dans le monde du travail : généralisation du télétravail, quête d'équilibre entre vie personnelle et professionnelle, flexibilité des horaires, etc. Le milieu communautaire n'échappe pas à cette réalité. Parallèlement, la pénurie de main-d'œuvre contraint les organismes à repenser leur organisation du travail pour répondre aux nouveaux besoins. En cette période où le recrutement est un défi, plusieurs préoccupations surgissent :

- Comment valoriser les compétences et reconnaître l'apport de chaque personne ?
- Comment rendre notre milieu de travail propice au développement à la fois personnel et professionnel ?
- Comment créer un climat agréable et favorisant un réel engagement ?
- Comment laisser sa place à la relève ?

## Les changements amenés par la génération Y

La génération Y (née entre 1980 et 2000) constitue présentement la proportion la plus importante de la main-d'œuvre active des organismes communautaires. Or, les personnes de cette génération ne conçoivent pas le travail de la même façon que les précédentes. D'une part, la flexibilité et la liberté sont au cœur de leur rapport au travail, qu'il s'agisse d'horaires atypiques, de travail à distance ou d'équilibre entre le travail et la vie personnelle. D'autre part, cette génération a la réputation de ne pas craindre de remettre en question l'autorité. Elle préfère une approche valorisant la participation.

## Réponse aux nouvelles préoccupations

Le milieu communautaire offre une diversité de tâches et des possibilités de développement de nouvelles compétences. On observe également que la gestion des organismes est devenue trop lourde pour une seule personne, ce qui amène les gestionnaires à partager leurs responsabilités en mode cogestion.

Ce sont ces caractéristiques qui attirent la génération Y dans les organismes communautaires. En effet, dans le milieu, la question de la démocratie est souvent au cœur des préoccupations et le souci d'établir des relations égalitaires de collaboration est souvent mis de l'avant. Nous constatons que plusieurs groupes communautaires privilégient des **modèles organisationnels où le pouvoir est de type horizontal plutôt que vertical**. Ils tentent d'éviter des modèles de gestion traditionnelle hiérarchiques et favorisent des styles de gestion **respectant la dimension humaine et le désir de transformation des rapports sociaux**. **Les modèles de gestion participative, de cogestion et d'autogestion** reflètent leur conception de la répartition des pouvoirs, d'implication des salarié·es, des membres et des clientèles.

## Et... par où commencer ?

Les changements dans l'organisation du travail et la transition générationnelle occasionnent souvent un flou. Au Centre St-Pierre, dans le cadre de nos interventions professionnelles, nous observons que toutes ces personnes n'ont pas nécessairement la même conception de la gestion participative. Clarifier et adapter le modèle de gestion suppose de préciser les rôles et la contribution de chacun·e au sein de l'organisation. Qui doit-on informer ? Qui doit-on consulter ? Qui décide quoi ? Quels sont les lieux de pouvoir dans l'organisation ?

La confusion qui découle d'un modèle de gestion peu clair ou mal adapté génère des conflits, des attentes déçues, du roulement de personnel et de l'inefficacité dans la réalisation de la mission. Dans le contexte où 63 % des organismes disent que le recrutement est un enjeu majeur, il ne s'agit pas seulement d'attirer le personnel, il faut aussi répondre à ses attentes pour le retenir ! Au CSP, nous vous proposons plusieurs manières d'y réfléchir, puis de passer à l'action. ▣





# PARADOXE ET VIE DÉMOCRATIQUE

— PAR

**FRANÇOIS  
GÉLINAS**

Formateur et  
accompagnateur

**O**n vous demande de moderniser vos pratiques pour les rendre plus efficaces, mais ce qui fait l'originalité de vos pratiques c'est justement une approche axée sur la personne, issue de votre longue expérience et vous ne voyez pas comment ces deux choix peuvent coexister. Ou encore, vous devez intervenir auprès de nombreuses clientèles, en lien avec votre mission, mais vos ressources limitées vous obligent à faire des choix si vous intervenez auprès d'une clientèle « A », vous ne pouvez pas le faire auprès de la clientèle « B ». Dans les deux exemples, ce sont deux choix logiques lorsqu'ils sont considérés séparément, mais en conflit lorsqu'ils sont considérés ensemble et cette situation persiste dans le temps<sup>2</sup>.

Vous vivez alors un paradoxe de gestion. Ces paradoxes sont inhérents à la complexité de l'action communautaire et des organismes sans but lucratif en général. Ils sont aussi inhérents à la pluralité des pouvoirs au sein des conseils d'administration, à la pluralité de la mission et à la pluralité des logiques d'intervention.<sup>3</sup>

La vie démocratique n'échappe pas aux paradoxes de gestions. Vous cherchez la personne idéale pour votre conseil d'administration. Votre assemblée générale annuelle devra élire une personne : a) qui connaît bien vos enjeux, b) qui pourra mettre son expérience et ses compétences au service de votre organisme, c) qui devra représenter soit un territoire, soit une

catégorie membre. Tout cela en tenant compte de la diversité. Puis, vous demandez à cette perle rare de collaborer avec l'équipe tout en assurant une surveillance et un contrôle sur la gestion de l'organisation, et ce au nom des membres.

Vous n'avez pas la berluie, toutes ces exigences sont difficilement conciliables parce qu'elles sont paradoxales. C'est un chercheur en gestion, Chris Cornforth qui a mis en lumière le caractère paradoxal des différents modèles de gouvernance<sup>4</sup> pour les organismes collectifs. Ainsi la gouvernance démocratique s'associe à des exigences de compétence à travers un profil de compétences recherchées ou elle s'associe à des exigences de représentativité. **Ces exigences sont en lien avec le rôle que l'on assigne au conseil d'administration.** Ce rôle peut être seulement symbolique, en approuvant systématiquement les décisions prises par la direction, ou encore son rôle peut être de surveiller l'équipe de travail ou bien son rôle peut être d'apporter des compétences de gestion à l'organisation.

À ce stade-ci, vous l'aurez bien compris, il n'y a pas une réponse unique convenant à tous et toutes dans toutes les circonstances. Chaque organisation est unique, autant par sa mission, sa taille, sa culture et son histoire. Les choix de modèle de gouvernance qu'on veut associer à la vie démocratique peuvent changer pour s'adapter au moment et à la disponibilité des bénévoles qui s'impliqueront au conseil d'administration. Pour reprendre les termes utilisés par Smith et Lewis, il s'agit de trouver un équilibre dynamique entre tous ces choix de gouvernance. ■

2 Smith et Lewis (2011)

3 Brès, Raufflet et Boghossian (2018)

4 Cornforth (2004)

# OBNL OU OSBL ?

Vous utilisez probablement l'un de ces deux acronymes pour désigner les organisations qui n'ont pas comme mission de dégager des profits au bénéfice d'actionnaires. En fait, OBNL signifie « organisme à but non lucratif » et OSBL signifie « organisme sans but lucratif ».

Vous vous demandez peut-être ce qui différencie les deux sigles. En fait, dans le langage courant, les deux sont synonymes. Il y a quelques années, il y a eu un débat sur l'utilisation du sigle OSBL, le terme « sans but lucratif » ne plaisait pas puisqu'il laissait sous-entendre que des organismes étaient « sans but », le signe OBNL est donc devenu plus populaire pour désigner une même chose. Fin de l'histoire ? Pas tout à fait !

Il existe une différence entre les deux signes, le registraire des entreprises du Québec utilise les termes « personne morale sans but lucratif pour désigner l'entité juridique OSBL et la loi encadrant les organismes à charte fédérale utilise le terme organisme à but non lucratif. Donc, si on veut être pointilleux sur la terminologie, il faudrait employer le terme OSBL pour un organisme à charte du Québec et OBNL pour organisme à charte fédérale. ▣

## QUE FAIS-JE DE CE QU'ON A FAIT DE MOI ?

### INTRODUCTION À LA SOCIOLOGIE CLINIQUE

— PAR

**CHANTALE  
PRÉVOST**

Coordonnatrice du service  
de développement personnel  
et spirituel

**L'important n'est pas ce qu'on fait de nous, mais ce que nous faisons nous-mêmes de ce qu'on a fait de nous, disait Sartre<sup>5</sup>.**

Ce qu'on a fait de nous, c'est ce que nos parents, par leur éducation, ont implanté en nous; c'est ce que l'école, par ses enseignements, sa discipline et sa rigueur ont forgé en nous; c'est ce que la culture québécoise avec son histoire et ses coutumes a façonné en nous.

Ce que nous faisons nous-mêmes de ce qu'on a fait de nous, c'est la liberté intérieure que nous arrivons à prendre face à ce que nous sommes devenus, alors même que nous sommes profondément **influencés par de multiples déterminants sociaux**.

La sociologie clinique, une approche en développement personnel au Centre St-Pierre, vise à rendre visibles les multiples déterminants qui façonnent nos trajectoires en les mettant en lien avec les phénomènes intrapsychiques et sociopsychiques propres à chacune, et qui participent à la construction identitaire de l'individu. Elle tient compte de la subjectivité des acteurs et actrices et de leur histoire tout en cherchant à appréhender les phénomènes sociaux qui les traversent. C'est à partir des **histoires de vie des participant·es** qu'il est possible de saisir l'impact des différents déterminants sociaux et d'apercevoir le travail que le sujet tente de réaliser pour se déprendre de ces subordinations afin de devenir enfin sujet de son histoire.

C'est au cœur de la rencontre entre les déterminants sociaux et les processus psychiques individuels agissant inconsciemment sur l'individu que se créent des situations paradoxantes privant l'individu de liberté dans





ses désirs de réalisation personnelle. La sociologie clinique vise donc à repenser notre rapport à l'histoire et à changer la façon dont l'histoire est agissante en nous<sup>6</sup>.

### Mon parcours de participante

Ma participation dans les groupes d'implication et de recherche a été à la source de la conscientisation de l'intrication du social et du personnel dans mon rapport à l'argent, dans mon expérience de la honte, dans mes relations amoureuses et dans bien d'autres aspects de ma vie. Dans le but d'être aimée, d'éviter le rejet et les reproches, j'ai adopté différents comportements sociaux, supposément acceptables, qui sont venus fortement teinter mon identité. Ils m'offraient un support pour me structurer et agir adéquatement

en société, mais ils ont aussi imposé une pression m'éloignant ainsi de moi. Ce système paradoxant était nécessaire pour protéger certaines dimensions de mon individualité, tout en me rendant toutefois esclave d'un cycle entraînant la négation d'une partie de moi-même. Le travail socioclinique m'a permis de conscientiser les éléments en cause et d'amorcer un processus de dégageant identitaire. ▣

**Rendez-vous sur notre site web pour lire la suite de l'article !**

Découvrez nos formations en sociologie clinique à la page 36.

5 Sartre, Jean-Paul, Saint Genet, comédien et martyr, Gallimard, 1952, p.163  
6 Gaulejac, Vincent de, L'histoire en héritage, Payot, 1999/2012, p 101

# AVEC FORCE ET CONVICTION



AVEC FORCE  
ET CONVICTION



Découvrez la  
Fédération des employées  
et employés de services  
publics (FEESP-CSN)

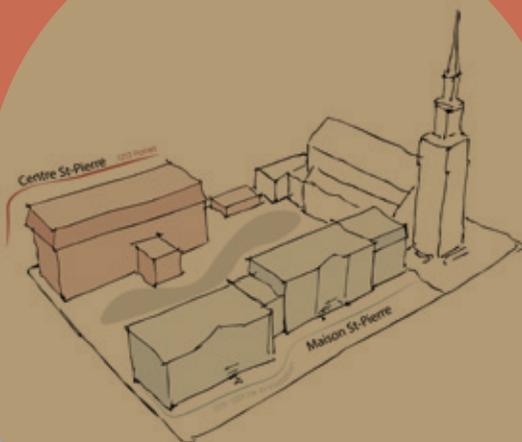
[WWW.FEESP.CSN.QC.CA](http://WWW.FEESP.CSN.QC.CA)  
[WWW.FACEBOOK.COM/FEESPCSN](http://WWW.FACEBOOK.COM/FEESPCSN)



Regroupez-vous,  
exercez votre solidarité,  
défendez vos droits,  
**SYNDIQUEZ-VOUS !**

[WWW.CSN.QC.CA/SE-SYNDIQUER](http://WWW.CSN.QC.CA/SE-SYNDIQUER)  
1 800 947-6177

# La Maison St-Pierre



Actuellement en travaux pour devenir un bâtiment communautaire, **vert, inclusif et accessible universellement**, la Maison St-Pierre offrira :

Des espaces locatifs abordables pour 13 à 15 OBNL engagés envers les personnes marginalisées

Une cuisine gérée par un opérateur, pour un projet de sécurité alimentaire



CENTRE ST·PIERRE



Visitez notre site web pour en savoir plus

[centrestpierre.org/carrefour](http://centrestpierre.org/carrefour)

Ou écrivez-nous par courriel au : [mstp@centrestpierre.org](mailto:mstp@centrestpierre.org)



# PASSER PAR QUATRE-CHEMINS ET HONORER SES EXPÉRIENCES PASSÉES

— PAR  
**CASS, CHRIS  
ET FRANÇOIS**

Équipe de Quatre-Chemins

**À** Quatre-Chemins, on aspire à une société où chaque personne vit en adéquation avec sa nature humaine ; où nous avons appris à nous (re) définir au-delà de nos accomplissements. On accomplit notre mission lorsque chacune et chacun se sent mieux outillé-e pour prendre en charge son bien-être, s'engager sur un nouveau segment de sa route avec cohérence et confiance et honorer ses expériences passées. Super, non ?

Juste là, vous vous demandez peut-être ce qu'on veut bien dire par « honorer nos expériences passées ». Bonne question ! Assoyez-vous avec nous pendant cinq minutes et « jasons » un brin, d'accord ?

Nous avons toutes et tous des expériences qui ont eu un impact significatif sur le cours de notre vie et sur nos proches. Lorsque nous revisitons ces expériences marquantes, même si cela n'a pas été conscient sur le moment, nous pouvons dire : « À partir de ce moment-là, ma vie n'a plus été comme avant. »

Autrement dit, en plus d'orienter les décisions conscientes que nous avons prises par la suite, l'intensité de l'expérience marquante a conditionné notre subconscient au point où notre pilote automatique (notre façon usuelle de réagir) s'est complexifié et s'est rigidifié. Comme si le chemin de notre vie était influencé, de façon consciente et (bien souvent !) inconsciente, par nos expériences passées.

Vous aurez peut-être remarqué qu'on utilise la métaphore du chemin pour explorer le sens que nous donnons à nos vies. Petite parenthèse et précision, dans le présent article on va se contenter de dire que l'utilisation de cette métaphore est utile et imparfaite. Autrement dit, même si cela pourrait être riche et stimulant pour certaines et certains d'entre nous — ça tenterait vraiment beaucoup à François ! — on ne s'arrêtera pas à faire l'exploration des implications philosophiques et métaphysiques de son utilisation. On pourra y revenir si vous en ressentez l'élan.

Cette métaphore nous suggère de concevoir nos expériences marquantes comme des bifurcations que nous avons empruntées de façon plus ou moins volontaire. Certaines expériences sont si marquantes qu'elles sont le déclencheur d'une période de transition significative, un segment de route particulièrement déstabilisant... un trail avec quelques cailloux et racines de plus. La fin d'une carrière sportive, d'une carrière d'artiste de cirque, la vente de son entreprise, la transition à la vie civile pour une ou un militaire en sont quelques exemples.

Donc, honorer nos expériences passées nous suggère **de revisiter de façon consciente et en profondeur notre parcours de vie** et d'accueillir aussi pleinement que possible ce que cela provoque en nous. Tout un (méchant) programme !

Puisque c'est tout un programme et aussi parce qu'en solo le changement peut être difficile à vivre, à Quatre-Chemins, on croit que faire cet exercice en groupe peut être vraiment riche et soutenant. Cela peut même ouvrir des possibilités jusque-là invisibles et prendre contact avec de nouvelles capacités, de nouveaux potentiels...

Afin de rendre tout cela concret, on vous propose un exercice pour aller à la rencontre de votre pilote automatique. Identifiez un ou deux événements marquants de votre vie et explorez les questions suivantes : Qu'est-ce que cet événement a induit comme croyance en moi ? À propos de moi ? À propos des autres ? À propos du monde ? Qu'est-ce que cette réflexion m'invite à explorer comme possibilité prochainement à ce carrefour giratoire qu'est chaque moment de la vie ? ■

**Prenez votre temps, déposez-vous...  
et passez par Quatre-Chemins !**

# CALENDRIER DE PROGRAMMATION

Retrouvez les détails des formations et conférences aux pages 28 à 39 et sur [centrestpierre.org](http://centrestpierre.org).

## Septembre

### Formation

Être membre d'un CA d'un OSBL

**18 septembre 2024**

### Formation

ABC de l'intervention pour les non-intervenant-es

**26 septembre 2024**

### Formation

Être membre d'un CA d'un OSBL

**26 septembre 2024**

## Octobre

### Conférence

Faire société dans un monde chaotique

**2 octobre 2024**

### Formation

Groupe de codéveloppement en gestion des ressources humaines

**9 octobre 2024**

### Formation

La concertation et la mobilisation

**9 octobre 2024**

### Formation

ABC du marketing social

**10 octobre 2024**

### Formation

Le conseil d'administration en contexte pluraliste

**15 octobre 2024**

### Formation

CréaLAB pour gestionnaires : programme gouvernance, gestion et planification

**17 octobre 2024**

### Formation

Un accompagnement psychospirituel des personnes en deuil

**18 octobre 2024**

### Formation

Introduction à l'écriture créative, porte d'entrée de l'esprit

**21 octobre 2024**

### Formation

Redécouvrir les bases de l'animation

**22 octobre 2024**

### Formation

Comment organiser un événement inclusif

**23 octobre 2024**

### Conférence

Autodétermination et sécurisation culturelles des peuples autochtones au Québec

**23 octobre 2024**

### Formation

Rédaction d'une demande de financement

**24 octobre 2024**

### Formation

Passez de l'anxiété à lâcher-prise grâce aux dessins neurographiques

**26 octobre 2024**

### Formation

Gestion de conflits

**30 octobre 2024**

## Novembre

### Formation

Le bal masqué des rôles inversés et le triangle de Karpman

**2 novembre 2024**

### Conférence

Comment faire la morale aux robots?

**6 novembre 2024**

### Formation

L'écriture simplifiée

**7 novembre 2024**

### Formation

Rédaction d'un procès-verbal

**7 novembre 2024**

### Formation

Un métier dans la désespérance

**7 novembre 2024**

### Formation

Interculturel et intervention psychosociale

**8 novembre 2024**

### Formation

Plan de communication 101

**14 novembre 2024**

### Formation

Boîte à outils pour intervenant-es en contexte de transition écologique

**14 novembre 2024**

### Formation

Boîte à outils pour s'apaiser et se mobiliser en contexte de transition écologique

**16 novembre 2024**

### Formation

Histoire de vie et trajectoire sociale

**19 novembre 2024**

### Formation

Planification stratégique

**27 novembre 2024**

### Conférence

La gestion efficace des émotions

**27 novembre 2024**

### Formation

Mes racines, mes couleurs : se ressourcer, se reconnecter, se déployer

**30 novembre 2024**

## Décembre

### Formation

Au-delà de l'employé difficile

**4 décembre 2024**

### Formation

ABC de l'intervention pour les non-intervenant-es

**5 décembre 2024**

### Formation

Découvrir un sens à ma vie grâce aux dessins neurographiques

**7 décembre 2024**

### Conférence

Proche aidance : souffrir ou grandir à force d'aider

**11 décembre 2024**

### Formation

Faire face au sentiment d'impuissance

**12 décembre 2024**

### Formation

Utiliser l'art comme outil de transformation sociale

**13 décembre 2024**

## Janvier

### Formation

Partir à la découverte de soi avec Virginia Satir

**10 janvier 2025**

### Formation

Redécouvrir les bases de l'animation

**22 janvier 2025**

### Formation

Règlements généraux

**22 janvier 2025**

### Conférence

Exploration de la pleine conscience et de l'autocompassion

**22 janvier 2025**

### Formation

Préparer des rencontres efficaces avec les personnes élues

**23 janvier 2025**

### Formation

Trucs et astuces de la thérapie brève centrée sur des solutions

**23 janvier 2025**

### Formation

S'outiller pour une gestion plus efficace de l'anxiété

**28 janvier 2025**

### Formation

S'exprimer dans les médias

**30 janvier 2025**

## Février

### Formation

S'initier à la découverte de son histoire avec la psychogénéalogie

**1 février 2025**

### Formation

Mieux composer avec la (sur)charge émotionnelle dans un contexte d'intervention

**4 février 2025**

### Formation

Leadership aligné

**5 février 2025**

### Formation

Développez vos habiletés politiques pour influencer stratégiquement

**7 février 2025**

### Formation

Se préparer pour la vérification externe

**11 février 2025**

#### Formation

Animer et former autrement

**13 février 2025**

#### Formation

Donner son vrai oui et son vrai non – pour un consentement authentique

**16 février 2025**

#### Formation

3 étapes pour changer une intervention qui tourne en rond

**18 février 2025**

#### Formation

Recruter pour le conseil d'administration

**19 février 2025**

#### Conférence

L'interspiritualité : vivre la rencontre de l'autre comme une expérience spirituelle

**19 février 2025**

#### Formation

L'évaluation du personnel : occasion privilégiée ou passage obligé?

**20 février 2025**

#### Formation

Dialogue interspirituel: la rencontre de l'autre comme une expérience spirituelle

**20 février 2025**

#### Formation

ABC de l'intervention pour les non-intervenant-es

**27 février 2025**

## Mars

#### Formation

La satisfaction de compassion: antidote à la fatigue de compassion

**10 mars 2025**

#### Formation

Rédaction d'une demande de financement

**12 mars 2025**

#### Conférence

Inclusion et sensibilités contemporaines : comprendre et s'adapter

**12 mars 2025**

#### Formation

Prendre la parole en public

**13 mars 2025**

#### Formation

Démystifier les états financiers

**18 mars 2025**

#### Formation

Autocompassion en pleine conscience

**18 mars 2025**

#### Formation

L'art de prendre des décisions collectives : décidologie

**20 mars 2025**

#### Formation

Anicinape: sensibilisation au monde autochtone

**21 mars 2025**

#### Formation

De la vision au projet : traversez les résistances grâce aux dessins neurographiques

**22 mars 2025**

#### Formation

Création de contenu numérique

**25 mars 2025**

#### Formation

Urgences ou priorités?

**27 mars 2025**

#### Formation

Histoire de vie et trajectoire spirituelle

**28 mars 2025**

## Avril

#### Conférence

De proche aidante à proche aimante

**2 avril 2025**

#### Formation

Intervention en milieu communautaire : relire sa pratique

**3 avril 2025**

#### Formation

ABC de l'intervention pour les non-intervenant-es

**10 avril 2025**

#### Formation

Assemblées générales efficaces et dynamiques

**10 avril 2025**

#### Formation

Interculturel et intervention psychosociale

**15 avril 2025**

#### Formation

Stratégies de transfert et partage des savoirs

**16 avril 2025**

#### Conférence

Enjeux actuels concernant les réalités masculines et les perspectives d'avenir

**23 avril 2025**

#### Formation

Superviser une équipe de travail

**24 avril 2025**

#### Formation

Le sens de notre mariage

**26 avril 2025**

#### Formation

À la recherche de l'équilibre : Un voyage vers une meilleure qualité de vie

**26 avril 2025**

#### Formation

Histoire de vie et trajectoire de santé

**29 avril 2025**

## Mai

#### Formation

Un métier dans la désespérance

**15 mai 2025**

#### Formation

Utiliser la culture populaire dans l'animation interculturelle

**16 mai 2025**

#### Formation

Politique salariale

**21 mai 2025**

## Juin

#### Formation

Approche coaching : pour faire exceller son équipe

**4 juin 2025**

#### Formation

Histoire de vie et trajectoire amoureuse

**13 juin 2025**



CENTRE ST. PIERRE



# L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

## SOUTIEN OU OPPOSITION AVEC L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME ?

— PAR

**ANNE  
GOUPIL**

Formatrice et  
accompagnatrice

**A**u Centre St-Pierre, nous le constatons de plus en plus dans nos accompagnements, l'intelligence artificielle (IA) a commencé à s'inviter dans le milieu communautaire et quelques groupes y

recourent régulièrement. Écrire un compte rendu de réunions (en distinguant les voix des participant-es), mettre en forme un brouillon, classer et nommer des idées depuis un outil collaboratif, écrire des communiqués de presse et des contenus pour les réseaux sociaux, créer une illustration libre de droits, écrire une première version d'un courriel avec le style habituel de son auteur... des fonctionnalités accessibles gratuitement, directement disponibles depuis des outils comme Word, Canva, un téléphone intelligent,

**PROPULSEZ  
VOTRE  
ENTREPRISE  
COLLECTIVE**

De l'**idée** à l'**action**...  
les **outils financiers**  
du Chantier de  
l'économie sociale

[fonds-risq.qc.ca](https://fonds-risq.qc.ca)

[fiducieduchantier.qc.ca](https://fiducieduchantier.qc.ca)



**=fiducie**  
du Chantier  
de l'économie sociale



une boîte courriel... Autant d'outils autoapprenants qui constituent, entre autres, ce qu'on appelle communément « l'intelligence artificielle ».

### **L'IA, une opportunité pour le milieu communautaire**

Au premier abord, l'arrivée de ces outils constitue une réelle opportunité pour le milieu communautaire. En effet, la demande croissante de services depuis la pandémie, jointe à la pénurie de main-d'œuvre et les baisses de financement, participent à la surcharge de travail souvent subie par les équipes. Dans ce contexte, l'intelligence artificielle leur permet de se libérer de certaines tâches rébarbatives et administratives pour consacrer plus de temps à leur mission, et ce que l'IA ne pourra jamais faire : prendre soin des humains et faire valoir la justice sociale. Sans oublier qu'elle peut même être une alliée en termes d'accessibilité et d'inclusion (assistant vocal pour personnes malvoyantes, retranscriptions écrites en temps réel...). Parallèlement, se saisir de l'intelligence artificielle, c'est aussi la nourrir. En effet, la technologie autoapprenante s'améliore au fur et à mesure de son utilisation, elle s'éduque donc. Si le milieu communautaire ne s'en saisit pas, qui nourrira l'intelligence artificielle au sujet de la transformation sociale, de la justice sociale, des inégalités... ? Utiliser l'intelligence artificielle, c'est donc participer à la grande encyclopédie mondiale qui est en train de se mettre en place sous nos yeux, et y prendre notre place. Enfin, la réticence que nous ressentons face à son utilisation n'est-elle pas simplement notre « frein au changement », le même mécanisme que nos aînés ont connu à l'arrivée du numérique ou de l'industrialisation ? Ne pas prendre le train en marche, c'est prendre le risque de s'isoler du reste du monde qui continuera son chemin sans nous.

### **L'IA, à l'encontre des valeurs du communautaire**

Ceci étant dit, il est pourtant tout aussi évident que l'utilisation de l'intelligence artificielle soulève plusieurs problématiques majeures. Éthiquement d'abord, non seulement l'IA remplace petit à petit de nombreuses compétences (voire des métiers tout entiers) réservées à des humains jusqu'ici, mais elle nous rend également de plus en plus dépendant-es des technologies. Et cette dépendance pose

question : que deviendrons-nous si une simple coupure d'électricité rendait notre « cerveau en ligne » inaccessible ? Par ailleurs, la récolte magistrale des données en cours par l'IA pose aussi question. Difficile de protéger la diffusion de ces données quand elles sont essentielles à son apprentissage. Les instances juridiques et les systèmes de protection de données n'ont pas le temps de s'adapter, tellement l'IA prend de l'ampleur rapidement et s'affine de façon exponentielle. S'ajoutent à cela des questions environnementales. Il est aujourd'hui évident que le réchauffement climatique ne freinera pas sans une déconsommation majeure d'énergie. Or, l'empreinte écologique de l'IA, notamment de ses centres de données, est conséquente<sup>7</sup> et son développement semble totalement en dissonance avec la réalité environnementale des prochaines décennies. N'oublions pas non plus que l'IA est alimentée par une infime partie de la population mondiale. Cet outil est donc pleinement alimenté de préjugés, de biais et de croyances limitantes dans lesquelles nous risquons de nous enfermer en nous y référant constamment. Enfin, l'arrivée de l'IA ajoute une couche supplémentaire à la fracture numérique et creuse indéniablement encore plus les inégalités dans le monde. Or, n'est-ce pas là l'exact opposé de la mission du milieu communautaire ?

### **L'IA reste un outil, à nous de définir son utilisation**

Une chose est certaine, l'utilisation de l'IA pose beaucoup de questions et n'a rien d'une évidence. Le milieu communautaire, tout particulièrement, se voit tiraillé entre son envie de gagner en efficacité, de rester à la page et sa préoccupation de garder l'humain et la transformation sociale au centre de ses décisions. Aucun parti pris ne semble évident et définitif, et il reste primordial d'en peser les risques et avantages. L'essentiel reste sans doute de prendre le temps de se poser toutes ces questions et de faire des choix en conscience. N'oublions pas que, tout comme le couteau que l'on peut utiliser pour tuer ou pour faire un bon repas, l'intelligence artificielle reste un outil. À nous maintenant de faire des choix et de décider de son utilisation et de la place que nous souhaitons lui donner dans la transformation sociale. ▣

<sup>7</sup> Intelligence artificielle : Un impact environnemental monstre. (2023, 3 juin). La Presse.

# L'ÉDUCATION POPULAIRE AUTONOME : LE TEMPS DU CHANGEMENT ?



— PAR

**JULIE  
BOYER**

Formatrice et  
accompagnatrice

À quand une société si juste, équitable et inclusive que nos organismes communautaires n'auront plus raison d'être ? En éducation populaire autonome (ÉPA), on vise la **transformation sociale** avec un engagement pour la justice sociale. Ensemble.

Égaux. Pour apprendre et changer le monde. Mais combien de temps cela peut prendre pour bâtir un filet social dont les mailles seraient si fines qu'elles seraient étanches ?

## Ensemble

Tricoter des liens, ça implique du temps mais ça réchauffe le cœur. Fidèle aux principes d'ÉPA, nous favorisons les processus qui comportent **un passage de l'individuel (JE) au collectif (NOUS)**. Nos formations tiennent compte que chaque individu est unique



**MON ÉQUIPE ET  
MOI SOMMES LÀ  
POUR VOUS**

**STEVEN  
GUILBEAULT**

Député de Laurier—Sainte-Marie

800 De Maisonneuve Est  
Bureau 1010  
Montréal, Québec  
H2L 4L8

514-522-1339  
Steven.Guilbeault@parl.gc.ca



et nourri de ses propres expériences. Elles débutent souvent avec des activités qui visent une prise de conscience individuelle, puis les mises en commun permettent de croiser nos regards et nos expériences pour réfléchir ensemble aux enjeux collectifs et développer des outils et stratégies.

### Égax

En ÉPA, « on n’enseigne pas, on anime »<sup>8</sup>. La posture d’**horizontalité** est marquante pour notre équipe. Nous proposons d’accompagner et non « gérer » le changement. Dans les démarches d’accompagnement, on n’offre pas de solutions clé en main ni de réponses d’experts, mais des questions éclairantes pour faire cheminer les individus et les groupes. Faire partie intégrante du processus assure d’en récolter les fruits. L’expression « PAR et POUR » rappelle l’importance de l’implication et l’objectif d’autonomisation.

### Apprendre et changer le monde

À l’instar de l’UNESCO<sup>9</sup>, nous croyons à l’**apprentissage tout au long et au large de la vie**. Dans toutes les sphères de la vie, l’humain est amené à apprendre et

évoluer à travers ses expériences. La société, formée d’un collectif d’individus-apprenants, a donc toujours place à évoluer et apprendre. Selon Kolb, la boucle d’apprentissage inclut une dialectique entre l’action et la réflexion. Agir sans réfléchir ou réfléchir sans agir ne mène pas à une société meilleure. Voilà pourquoi on privilégie des formules qui accordent le temps de naviguer entre l’action et la réflexion.

### Prendre le temps nécessaire

Partout les agendas sont remplis et les trous à l’horaire sont rares dans le feu roulant du quotidien organisationnel, mais nous croyons fermement à l’importance de **prendre le temps**. Les formations et accompagnements permettent de prendre un pas de recul sur nos pratiques. Cela permet d’expérimenter par l’action, puis de réfléchir collectivement pour avancer. Les démarches d’accompagnement proposent un processus ancré dans la réalité des groupes pour les appuyer à trouver le sens de leurs actions. Enfin, les formules sur plusieurs jours (groupes de codéveloppement, communautés de pratique, programmes longs) sont un investissement de temps qui nous propulse vers l’avant ! Un pas en arrière pour faire deux pas en avant. ▣

8 Éducation populaire autonome. CDÉACF. [www.cdeacf.ca/dossier/education-populaire-autonome](http://www.cdeacf.ca/dossier/education-populaire-autonome)

9 Institut de l’UNESCO pour l’apprentissage tout au long de la vie. [www.uil.unesco.org/fr](http://www.uil.unesco.org/fr)

ÉGALITÉ | DÉMOCRATIE

JUSTICE SOCIALE

SOLIDARITÉ



La Centrale des syndicats du Québec (CSQ) c’est plus de 225 000 personnes engagées dans la défense de ces valeurs fondamentales pour une société plus juste et plus démocratique.



CENTRALISONS  
NOS FORCES

# PROGRAMMATION FORMATIONS

INSCRIPTION EN LIGNE

# 2024-2025

**P**uisque nous croyons que pour transformer le monde, il faut d'abord travailler sur soi, autant comme organisation, que comme individu, nous vous proposons des formations pour vous accompagner dans votre cheminement organisationnel, professionnel et personnel.

Tous les détails des formations se trouvent sur notre site web : [centrestpierre.org](http://centrestpierre.org)

**Inscription en ligne sur**  
[www.jeminscrismaintenant.com/centrestpierre](http://www.jeminscrismaintenant.com/centrestpierre)

À partir du 1<sup>er</sup> août pour les formations en 2024, du 15 novembre pour les formations de janvier à mars 2025 et du 15 février pour les formations d'avril à juin 2025.

**Téléphone : 514.524.3561 P 4401**  
**Courriel : [inscription@centrestpierre.org](mailto:inscription@centrestpierre.org)**

## Animation, mobilisation et développement communautaire

### **Redécouvrir les bases de l'animation**

**22 octobre 2024 ou 22 janvier 2025, 9 h à 16 h**

**Julie Boyer, formatrice**

Animer, c'est à la fois comprendre le rôle de la personne qui anime, connaître ses différents rôles, fonctions, limites et savoir adapter son approche en fonction des besoins du groupe avec lequel on travaille.

### **Animer et former autrement**

**13 et 20 février 2025, 9 h à 16 h**

**Julie Boyer, formatrice**

À travers cette formation pratique, nous explorerons comment développer une posture et des compétences pour inclure et innover en animation. Expérience requise.

### **Utiliser la culture populaire dans l'animation interculturelle**

**16 mai 2025, 13 h 30 à 16 h 30**

**Vanusa Andrade et Julie Boyer, formatrices**

Cette formation explore l'utilisation de la culture populaire comme outil d'intégration et d'inclusion sociale dans les activités et ateliers d'éducation populaire, de manière concrète.

### **Comment organiser un événement inclusif**

**23 octobre 2024, 9 h à 16 h**

**Marie-Eve Leblanc, formation en collaboration  
avec Ex aequo**

Venez analyser vos pratiques actuelles et découvrir une multitude de mesures et ressources pour faciliter l'accessibilité et l'inclusion à vos activités.

### **Développez vos habiletés politiques pour influencer stratégiquement**

**7 février 2025, 9 h à 16 h**

**Pierre Lainey, maître d'enseignement en  
management à HEC Montréal**

Cet atelier vous permet de consolider et d'intensifier le pouvoir que vous détenez, d'en accroître la portée au sein de votre organisation et de le faire durer.

### **Préparer des rencontres efficaces avec les personnes élues**

**23 janvier 2025, 9 h à 16 h**

**Charles Fillion, directeur général du CSP**

Trucs et astuces pour faire passer votre message, créer une relation de partenariats et bien tirer avantage de vos rencontres avec les élu·es politiques.

### **La concertation et la mobilisation**

**9 octobre 2024, 9 h à 16 h**

**Cathy Martel, formatrice**

Explorez les défis et les enjeux d'une concertation ainsi que les conditions de réussite de vos engagements actuels et futurs.

## Communications et nouveaux médias

### **Plan de communication 101**

14 novembre 2024, 9 h à 16 h

**Anne Goupil**, formatrice

Venez appréhender les étapes de la démarche menant à un plan de communication, tout en faisant le bilan de vos propres outils.

### **ABC du marketing social**

10 octobre 2024, 9 h à 16 h

**Anne Goupil et Marie-Eve Leblanc**, formatrices

Cette formation vous permettra de découvrir les éléments fondamentaux du marketing social, d'identifier les points clés d'une stratégie marketing cohérente et de mieux cibler votre public.

### **Création de contenu numérique**

25 mars 2025, 9 h à 16 h

**Anne Goupil**, formatrice

Expérimentez la création de contenus photos, vidéos, rédactionnels et graphiques et découvrez les considérations stratégiques derrière leur diffusion.

### **L'écriture simplifiée**

7 novembre 2024, 9 h à 12 h

En ligne

**Julie Boyer**, formatrice

Venez perfectionner vos habiletés en écriture pour de livrer des messages clairs, vivants et diversifiés afin de mieux informer, divertir ou sensibiliser vos publics.

### **S'exprimer dans les médias**

30 janvier 2025, 9 h à 16 h

**Anne Goupil et Patricia N.Gagné**, formatrices

Découvrez le langage des médias, des astuces pour une entrevue réussie et plongez dans l'action en vivant une simulation d'entrevue sous l'œil de la caméra.



### **Prendre la parole en public**

13 mars 2025, 9 h à 16 h

**Anne Goupil**, formatrice

Cette formation vous propose de parcourir des astuces clés pour faire de son trac un allié, structurer son discours et se sentir plus à l'aise lors d'une prise de parole en public.

## Conscience écologique

### **Boîte à outils pour s'apaiser et se mobiliser en contexte de transition écologique**

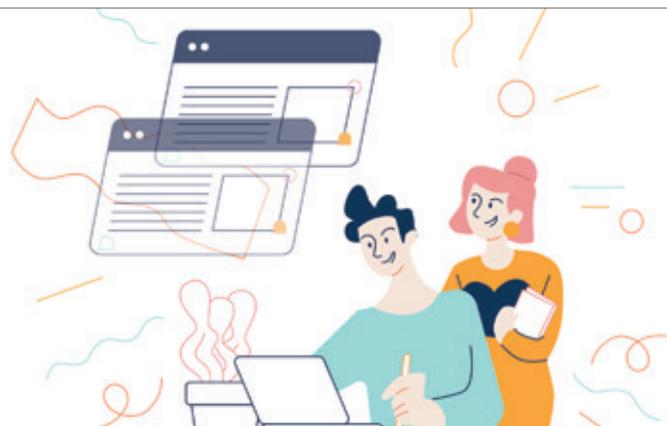
14 ou 16 novembre 2024, au choix, 9 h à 17 h

**Isabelle Fortier**, praticienne en écopsychologie

Cette formation traite de l'importance d'être connecté à la nature tout en étant conscient des réalités de la société actuelle. Le but visé est de faciliter le passage à l'action et de contribuer à une société qui soutient le vivant. Les participant·es y trouveront un espace sécuritaire pour exprimer leurs émotions afin d'en ressortir avec un fort sentiment d'espoir et un soulagement de l'écoanxiété.

**Quand vient le temps remplacer les outils de gestion et systèmes d'analyses obsolètes, les OBNL se tournent vers HESTIA!**

Passez en mode connecté, travaillez d'où vous voulez, gagnez en efficacité.



Visitez nous sur [hestiasolution.com](https://hestiasolution.com)  
Parlons-nous +1 514 405 5515



## Développement organisationnel et leadership

### CréaLAB pour gestionnaires : programme gouvernance, gestion et planification

Dès le 17 octobre 2024 : programme de 36 heures

Cathy Martel, formatrice

Vous êtes responsable de la gestion d'un organisme communautaire (direction ou coordination) ? Vous aimeriez approfondir vos connaissances, vos habiletés et vos attitudes en matière de gestion ? Ce programme est fait pour vous !

### Planification stratégique

27 novembre 2024, 9 h à 12 h

En ligne

Cathy Martel, formatrice

Découvrez les différentes étapes du processus de planification stratégique dans une optique participative et développez une vision mieux structurée de l'avenir. L'art de cheminer vers une vision commune et atteindre vos objectifs de manière ludique et dynamique est à votre portée.

### Leadership aligné

5 et 12 février 2025, 9 h à 16 h

Cathy Martel, formatrice

Cette formation vous permettra d'identifier vos forces comme leader adaptatif et transformationnel et de réfléchir aux stratégies organisationnelles à déployer pour favoriser un milieu de travail émotionnellement intelligent et en santé.

### L'art de prendre des décisions collectives : décidologie

20 mars 2025, 9 h à 16 h

Julie Boyer et Susie Richard, formatrices

Cette formation vise à examiner des mécanismes de prises de décisions collectives et à expérimenter des processus en vue de les adapter à notre réalité.

### Urgences ou priorités ?

27 mars 2025, 9 h à 16 h

Cathy Martel et Susie Richard, formatrices

Toujours à bout de souffle ? Prenez le temps d'identifier et d'expérimenter des méthodes et des outils appropriés pour contrer les « envahisseurs ». L'art de l'organisation et la maîtrise du temps passent par une meilleure compréhension de notre cerveau, mais aussi par la communication et les bons outils.

### Rédaction d'une demande de financement

24 octobre 2024 ou 12 mars 2025, 9 h à 12 h

En ligne le 12 mars

Cathy Martel, formatrice

Découvrez comment analyser l'intérêt des programmes en fonction de votre mission et structurer la rédaction en fonction des attentes des bailleurs de fonds. Arborez les incontournables et les différentes possibilités.

## Espace de paroles autochtones

### Anicinape : Sensibilisation au monde autochtone

21 mars 2025, 9 h à 16 h

KINABAT ENSEMBLE

T8aminik Rankin et Marie-Josée Tardif, Kina8at

Tout en puissance et en douceur, cette formation permet à la fois de se sensibiliser aux réalités des peuples ayant vécu les difficultés de la colonisation, en plus de découvrir la sagesse autochtone du savoir-être et du vivre-ensemble.

## Gestion des ressources humaines

### Groupe de codéveloppement en gestion des ressources humaines

Dès le 9 octobre 2024, 9 h à 12 h :

programme de 8 rencontres

Daniel Fillion, CRHA et formateur

Le groupe de codéveloppement permet de se donner les moyens d'apprendre par la réflexion et par l'échange sur des enjeux et des préoccupations touchant le vaste champ de pratique que constitue la gestion des ressources humaines.

### Approche coaching : pour faire exceller son équipe

4 juin 2025, 9 h à 16 h

Luc-Antoine Malo, coach d'affaires

La gestion du personnel et des équipes vous préoccupe ? Découvrez les outils utilisés par les coachs en développement des ressources humaines.



## Stratégies de transfert et partage des savoirs

16 avril 2025, 9 h à 16 h

Julie Boyer et Anne Goupil, formatrices

Cette formation vous permettra de distinguer les différents types de savoirs, de découvrir et expérimenter des stratégies de transfert adaptées à votre réalité.

## Gestion des conflits

30 octobre 2024, 9 h à 16 h

Cathy Martel et Susie Richard, formatrices

Les conflits sont inhérents à l'évolution d'un organisme communautaire. Toutefois, si ces conflits ne sont pas traités convenablement, ils peuvent avoir des conséquences négatives voire dramatiques, pour les personnes et l'organisation. Pour faciliter le dénouement d'un conflit et être mieux outillés, nous vous proposons d'aller de la compréhension des origines des conflits aux stratégies de résolution par divers exercices et outils pour accroître les savoirs et pouvoir ainsi agir efficacement.

## Au-delà de l'employé difficile

4 décembre 2024, 9 h à 16 h

Cathy Martel, formatrice

Profitez de cette journée pour réfléchir aux constituantes de ces situations difficiles ou complexes puis pour identifier des stratégies porteuses pour des relations plus harmonieuses.

## Superviser une équipe de travail

24 avril 2025, 9 h à 16 h

Cathy Martel, formatrice

Vous désirez réfléchir à vos pratiques et développer vos habiletés de supervision? Cette formation vous permettra d'identifier et d'expérimenter diverses stratégies pour susciter la participation tout en demeurant efficace.

## L'évaluation du personnel : occasion privilégiée ou passage obligé ?

20 février 2025, 9 h à 16 h

Prenez un temps d'arrêt pour examiner vos pratiques et bonifier vos outils. Une formation qui vous permettra de redynamiser votre processus d'évaluation et de vous assurer qu'il soit en concordance avec les valeurs, la structure et le fonctionnement de l'organisme.

## Politique salariale

21 mai 2025, 9 h à 16 h

Daniel Fillion, CRHA et formateur

Comment voir plus clair dans la mise en place d'une structure salariale et d'une politique salariale qui soient compréhensibles, équitables et qui reflètent les réalités de votre organisme.

## Gouvernance démocratique

### Être membre d'un CA d'un OSBL

18 ou 26 septembre 2024, 18 h à 21 h

En ligne le 26 septembre

François Gélinas, formateur

Cette formation vous permettra de mieux connaître les rôles et les responsabilités des administratrices et des administrateurs d'un organisme sans but lucratif incorporé au Québec et de réfléchir aux pratiques de gouvernance démocratique.

La  
boîte à outils  
GRH.

CSMO  
ESAC

Comité sectoriel  
de main-d'œuvre  
Economie sociale  
Action communautaire

Avec la participation financière de :

Commission  
des partenaires  
du marché du travail  
Québec

## 85 outils pratiques pour les organisations collectives

La boîte à outils en gestion des ressources humaines a entièrement été revue en 2024. Offerte uniquement offerte en ligne, elle a été révisée avec des experts de contenu pour satisfaire à la législation et aux nouvelles tendances RH.

Elle se compose de huit modules ayant pour but de vous outiller dans la gestion des ressources humaines de votre organisation.

Elle vous donnera accès à des outils pratiques en lien avec vos pratiques internes et une multitude de ressources complémentaires.

[csmoesac.qc.ca](http://csmoesac.qc.ca)



## Gouvernance démocratique [Suite]

### Le conseil d'administration en contexte pluraliste

15 octobre 2024, 9 h à 16 h

François Gélinas et Anne Goupil, formateurs

Cet atelier s'adresse aux personnes travaillant dans des organisations qui réalisent leur mission dans un contexte de multiplicité des pouvoirs, des préférences ou des logiques. Ces organismes doivent souvent conjuguer la réalisation de leur mission et la réalisation de leurs activités avec des situations contradictoires.

### Recruter pour le conseil d'administration

19 février 2025, 9 h à 12 h

En ligne

François Gélinas, formateur

Cette formation vous permettra de réfléchir sur des stratégies et des moyens de recrutement de nouvelles personnes membres au conseil d'administration.

### Rédaction d'un procès-verbal

7 novembre 2024, 9 h à 16 h

Louise Desmarais, consultante

Pour connaître les règles de rédaction d'un procès-verbal et parfaire vos habiletés de rédaction à l'aide d'exercices pratiques.

### Règlements généraux

22 janvier 2025, 18 h à 21 h

François Gélinas, formateur

Cet atelier aborde les aspects juridiques et démocratiques d'un organisme sans but lucratif ainsi que le processus de modification et d'adoption de règlements généraux clairs et précis.

### Assemblées générales efficaces et dynamiques

10 et 17 avril 2025, 18 h à 21 h

François Gélinas, formateur

Cet atelier vous propose une approche et des outils concrets afin d'insuffler une vitalité renouvelée à vos futures assemblées et ainsi les rendre plus intéressantes, plus inclusives et plus populaires. Pour passer de « l'obligation » à « la satisfaction d'une vie associative démocratique, agréable et efficace ».

### Se préparer pour la vérification externe

11 février 2025, 9 h à 12 h

Gladimy Telus, comptable professionnel agréé

Cet atelier vise à préparer la comptabilité de votre organisation à l'approche d'un audit comptable. Il aborde ses particularités, ses enjeux et les documents à préparer avant son arrivée.

### Démystifier les états financiers

18 mars 2025, 9 h à 16 h

Gladimy Telus, comptable professionnel agréé

Explorez les notions comptables de base qui vous permettront de lire et de comprendre les états financiers. Amenez vos états financiers.

## Intervention psychosociale

### Intervention en milieu communautaire – relire sa pratique

Dès le 3 avril 2025 : programme de 30 heures

Vanusa Andrade et Susie Richard, formatrices

Prenons un temps privilégié pour relire notre pratique d'intervention en milieu communautaire. Ce programme permettra à des intervenant·es, au moyen d'une pédagogie expérientielle, de « revisiter » les fondements et les pratiques de l'intervention psychosociale en milieu communautaire de façon à en assurer la pérennité et le renouvellement.

### ABC de l'intervention pour les non-intervenant·es

26 septembre, 5 décembre, 27 février ou 10 avril, 9 h à 16 h, au choix

Vanusa Andrade ou Susie Richard, formatrices

Cette formation permettra au personnel et aux bénévoles du milieu communautaire (responsable à l'accueil, responsable des bénévoles, préposé·e, concierge, etc.) d'explorer les bases de l'intervention. Elle leur propose de prendre du recul, dans un but d'améliorer leurs interventions.

### Interculturel et intervention psychosociale

8 novembre 2024 ou 15 avril 2025, 9 h à 16 h

Vanusa Andrade, formatrice

En intervention, nous nous basons sur notre propre cadre de référence pour valider notre pratique dans la relation d'aide. Mais, quand le cadre de référence n'est pas partagé, il faut adapter notre intervention. Cette formation vous permettra de développer une vision interculturelle en intervention et de faire évoluer votre pratique professionnelle vers l'ouverture et la prise en compte de l'autre.

### Utiliser l'art comme outil de transformation sociale

13 décembre 2024, 9 h à 16 h

Vanusa Andrade, formatrice

En tant que création et outil d'expression humaine, l'art peut répondre à divers besoins. L'une des fonctions de l'art est de participer à la construction et à la transformation sociale. Dans cet atelier, vous apprendrez à utiliser l'art comme outil d'intervention et d'inclusion sociale.

## Intervention psychosociale [Suite]

### Trucs et astuces de la thérapie brève centrée sur des solutions pour intervenant·es en relation d'aide

23 janvier 2025, 9 h à 12 h

En ligne

Paulina Espinosa, psychothérapeute

Cet atelier fournit aux intervenant·es en relation d'aide des principes théoriques et pratiques inspirés de la thérapie brève centrée sur des solutions afin d'enrichir leurs interactions avec leurs clientèles et de développer une bonne relation de collaboration avec elles.

### La satisfaction de compassion : antidote à la fatigue de compassion

10 mars 2025, 9 h à 12 h

Maude Bouchard, coach et intervenante

L'autobienvieillance aide les intervenant·es à être plus sensibles à leur propre souffrance donc plus conscient·es de leurs besoins et leurs attentes. Par ailleurs, avoir une vraie conscience de soi permet de mieux profiter de sa vie et de sa carrière. Découvrez comment vous approprier ces outils et les cultiver au quotidien pour entretenir une bonne satisfaction de compassion.



### Mieux composer avec la (sur) charge émotionnelle dans un contexte d'intervention

4 février 2025 de 9 h à 16 h

En ligne et en présence

Audray Lemay, psychothérapeute

Cette formation permet notamment aux intervenant·es de mieux comprendre le phénomène de la surcharge émotionnelle et la façon dont elle les affecte et de s'approprier des stratégies pour composer plus efficacement avec celle-ci. Des stratégies préventives, curatives et de crise seront partagées.



## La comptabilité au service de la communauté



comptables professionnels agréés inc.

[apsv.ca](http://apsv.ca)

7200 Hutchison, bur. 200  
Montréal (Québec)  
H3N 1Z2  
Tél : 514 419 3939  
Telec : 514 419 3941  
[info@apsv.ca](mailto:info@apsv.ca)

Soutenir les organismes communautaires dans la réalisation de leurs projets de développement et encadrer nos clients pour favoriser la pérennité de leur organisation.

#### SERVICES

Audit d'états financiers  
Mission d'examen  
Compilation  
Assistance comptable  
Conseils en gestion  
Fiscalité  
Autres mandats  
Formation  
Soutien aux cabinets

#### CHAMPS D'EXPERTISE

Organismes de charité  
Fédérations, associations et ordres professionnels  
Centres de la petite enfance  
Syndicats de copropriété  
Coopératives de travailleurs  
Coopératives d'habitation  
Autres OBNL  
Sociétés à but lucratif



## **Un accompagnement psychospirituel des personnes en deuil**

**18 octobre 2024, 9 h à 16 h**

**Alain Legault**, *psychothérapeute*

Le deuil vient ébranler la personne tant au plan psychologique que spirituel. Dans le but de mieux l'aider, nous devons lui offrir un accompagnement qui tiendra compte de ces deux dimensions, soit un accompagnement psychospirituel.

## **Mieux-être et croissance personnelle**

### **Le bal masqué des rôles inversés et le triangle de Karpman**

**2 novembre 2024, 9 h à 16 h**

**Maude Bouchard**, *coach et intervenante*

Comment vivre des relations plus satisfaisantes et sortir du rôle de victime, bourreau et sauveur ? Cette formation s'adresse aux personnes désirant transformer leurs relations pour qu'elles soient plus harmonieuses, saines, respectueuses et conscientes.

### **Introduction à l'écriture créative, porte d'entrée de l'esprit**

**Les mardis du 21 octobre au 11 novembre 2024, 19 h à 21 h**

**Norman Cornett**, *professeur*

Ces ateliers sont une introduction à l'écriture créative grâce à la méthode « dialogique ». Cette dernière permet aux participant·es d'explorer, d'expérimenter et d'exprimer leur imaginaire en guise de quête spirituelle.

### **S'outiller pour une gestion plus efficace de l'anxiété**

**28 janvier 2025, 18 h 30 à 21 h 30**

**En ligne et en présence**

**Audray Lemay**, *psychothérapeute*

L'atelier permet de comprendre la nature des émotions, de reconnaître les manifestations et les déclencheurs spécifiques à l'anxiété et de découvrir des stratégies pour la gérer efficacement.

## **Passez de l'anxiété à lâcher-prise grâce aux dessins neurographiques**

**26 octobre 2024, 9 h à 16 h**

**Svetlana Azad et Sophie Laplante**, *coachs PNL*

Le stress et l'anxiété vous empêchent de vous épanouir et vous ne savez pas par où commencer ? Laissez l'atelier NeuroGraphica et la respiration consciente être le point de départ vers une vie plus équilibrée et harmonieuse.

## **Découvrir un sens à ma vie grâce aux dessins neurographiques**

**7 décembre 2024, 9 h à 16 h**

**Svetlana Azad et Sophie Laplante**, *coachs PNL*

Découvrez comment la NeuroGraphica, combinée à la pratique de la respiration consciente, peut vous aider à trouver un sens plus profond à votre vie. Explorez votre créativité, libérez vos émotions et repartez avec une nouvelle compréhension de vous-même et de vos aspirations.

## **De la vision au projet : traversez les résistances grâce aux dessins neurographiques**

**22 mars 2025, 9 h à 16 h**

**Svetlana Azad et Sophie Laplante**, *coachs PNL*

Vous ressentez de la déception de ne pas arriver à concrétiser les projets qui vous tiennent à cœur ? Que ce soit de grand rêve ou des objectifs personnels, explorez un monde de possibilités lors de cet atelier de NeuroGraphica et de respiration consciente.

## **À la recherche de l'équilibre : Un voyage vers une meilleure qualité de vie**

**26 avril 2025, 9 h à 16 h**

**Svetlana Azad et Sophie Laplante**, *coachs PNL*

Sentez-vous le besoin de trouver l'équilibre dans votre vie ? Cet atelier vous invite dans un voyage introspectif afin de libérer votre créativité à travers le dessin neurographique et à vous ancrer par la respiration consciente.

## **Partir à la découverte de soi avec Virginia Satir : les premiers pas**

**Dès le 10 janvier 2025 : programme de 40 heures**  
**En ligne et en présence**

**Christian Lapointe et Emmanuel Gaillot**, *animateurs*

Découvrez vos ressources personnelles encore inexploitées et apprenez à les utiliser avec l'approche Satir ! Cet atelier de développement personnel est l'occasion de revisiter les ressources déjà intégrées : délaissier ce qui n'est plus pertinent pour soi, choisir d'honorer ce qui l'est encore.

# Mieux-être et croissance personnelle [Suite]

## Donner son vrai oui et son vrai non – pour un consentement authentique

16 février 2025, 9 h à 17 h

**Christian Lapointe et Emmanuel Gaillot**, animateurs

Pendant cet atelier d'une journée, nous allons explorer ensemble comment vivre de manière plus joyeuse, plus assumée et plus épanouissante tous ces « oui » et tous ces « non » qu'on exprime au fil des invitations qui s'offrent à nous.

## Trois étapes pour changer une intervention qui tourne en rond

18 février 2025, 9 h à 17 h

**Christian Lapointe et Emmanuel Gaillot**, animateurs

Dans cette formation, nous étudierons les « ingrédients d'une interaction » proposés par Virginia Satir. Grâce à ce modèle, nous explorerons les différents éléments qui constituent une interaction et comment il est possible de « changer la recette » pour donner une nouvelle direction plus épanouissante à l'interaction.

## Prendre, perdre, faire, construire, sa place dans un monde complexe

1<sup>er</sup> au 3 octobre 2024, 9 h à 17 h 30

**Vincent de Gaulejac et Diane Laroche**, sociologie clinique

Que ce soit en famille, dans le cercle amical, dans l'expérience scolaire ou dans la trajectoire professionnelle, la nécessité de « prendre sa place » est une injonction. Les évolutions sociales ajoutent aux difficultés : dans notre monde complexe et hypermoderne, la lutte des places se substitue à la lutte des classes.

## Quand les autres laissent des traces... s'initier à la découverte de son histoire avec la psychogénéalogie

1<sup>er</sup> et 15 février 2025, 9 h à 16 h

**Sylvie Gamache**, praticienne en sociologie clinique et psychogénéalogie

Cet atelier permet de délier et d'éclairer certaines situations en lien avec notre histoire familiale qui empêchent l'expression de notre véritable identité.

## Histoire de vie et trajectoire sociale

19 au 21 novembre 2024, 9 h à 17 h 30

**Christophe Niewiadomski et Diane Laroche**, sociologie clinique

De l'enfance à l'adolescence, notre identité s'est forgée au sein d'une famille et dans un contexte sociohistorique particulier nécessitant des choix et médiations entre contradictions. Le passé ne peut être changé, mais changer notre regard sur celui-ci peut éclairer sa trame et ses éventuelles impasses.

## Histoire de vie et trajectoire spirituelle

Du 28 au 30 mars 2025

**Annick Hernandez et Diane Laroche**, sociologie clinique

Ce séminaire s'adresse à toute personne désireuse d'aller à la rencontre de sa trajectoire spirituelle en vue d'une meilleure compréhension d'elle-même.

## Histoire de vie et trajectoire de santé

29 avril au 1<sup>er</sup> mai 2025, 9 h à 17 h 30

**Christophe Niewiadomski et Diane Laroche**, sociologie clinique

Il est aussi possible de « lire » en nos corps les traces, les blessures liées à notre histoire personnelle et familiale. Nous retracerons la trajectoire de santé de chacune en tentant de dégager les enjeux qui nous ancrent dans « ce corps-là », unique, mais qui est aussi partie prenante du « corps social », à une époque et dans un espace culturel donnés.

## Histoire de vie et trajectoire amoureuse

Du 13 au 15 juin 2025

**Lyne Chayer et Diane Laroche**, sociologie clinique

Si le cœur a des raisons que la raison ne connaît pas, il ignore rarement la raison sociale de celui, ou de celle, pour qui il bat. Le statut de l'amour a profondément changé au cours des générations. Comment vivre et comprendre les mutations du sentiment amoureux et des relations dans nos sociétés contemporaines ?

## Ressourcement

### Un métier dans la désespérance

7 novembre 2024 ou 15 mai 2024, 9 h à 16 h, au choix

**Christiane Cloutier Dupuis et Chantale Prévost**, formatrices

Cette journée est un temps de ressourcement et d'enrichissement pour les personnes côtoyant quotidiennement la souffrance humaine engendrée par la pauvreté, l'itinérance, la toxicomanie, etc.

### Faire face au sentiment d'impuissance

12 décembre 2024, 9 h à 12 h

**Maude Bouchard**, coach et intervenante

Malgré toutes les méthodes et les outils pour apprendre à gérer l'impuissance, nous sommes régulièrement confrontés aux limites de l'autre, aux nôtres et à celle du système sans pouvoir agir. La reconnaissance de notre humanité partagée et le savoir qui s'en dégage deviennent alors des voies de passage pour accueillir l'impuissance dans notre vie et nos pratiques.



### **Autocompassion en pleine conscience**

**Les mardis du 18 mars au 22 avril 2025, 16 h 30 à 18 h**

**En ligne**

**Anouk Beaudin**, psychologue et formatrice MSC

Apprenez les principes de base de l'autocompassion et de la pleine conscience et expérimentez différentes pratiques permettant de répondre aux moments difficiles de votre vie avec bienveillance, attention et compréhension.

### **Mes racines, mes couleurs : se ressourcer, se reconnecter, se déployer**

**30 novembre 2024, 9 h à 16 h**

**Romain Bécourt**, artiste et facilitateur

Je me ressource, je me connecte à ma créativité, mes couleurs, mon intuition et je me déploie. Une journée au cœur du soi et pour soi. Par l'exploration de différents médiums artistiques tels que l'écriture et la peinture, nous allons rentrer dans un espace intérieur de ressourcement et de relaxation.

### **Dialogue interspirituel : la rencontre de l'autre comme une expérience spirituelle**

**20 février 2025, 19 h à 21 h**

**Frédérique Bonenfant**, Ph. D. en science des religions

Venez vivre une initiation à la pratique du dialogue interspirituel. Cet atelier sera l'occasion de faire l'expérience de la rencontre de l'autre à travers la pratique du dialogue interspirituel. Basé sur le partage de vos propres expériences de vie, ce type d'activité vous permettra d'explorer votre propre spiritualité dans un environnement sécurisé et respectueux, visant à vous faire vivre une expérience authentique de résonance avec les autres participant-es.

### **Le sens de notre mariage**

**26 avril 2025, 9 h à 17 h**

**Manon Brière et Daniel Provencher**, formateurs

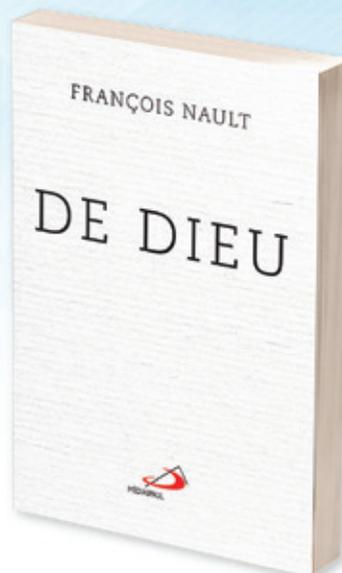
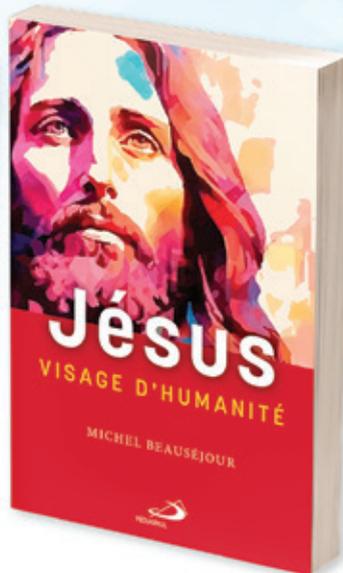
Vous prévoyez vous marier bientôt ? Vous désirez approfondir le sens de ce grand événement ? Le Centre St-Pierre vous propose un temps privilégié pour faire le bilan de votre vécu amoureux et revisiter vos valeurs et votre spiritualité afin de découvrir le sens que vous désirez donner à votre mariage. Au fil des échanges, vous mettrez en valeur les sentiments que vous partagez avec votre partenaire et serez en mesure de construire ensemble une célébration riche de sens et à votre image.



# LIBRAIRIE MÉDIASPAUL

librairiemediaspaul.ca

## AU PLUS PRÈS DE L'HUMAIN



Maintenant située au 2653, rue Masson, Montréal

Tél : 514 849-3585 / libpaul@paulines.qc.ca

# PROGRAMMATION CONFÉRENCES

INSCRIPTION EN LIGNE

# 2024-2025

Nos conférences ont lieu les mercredis de 19 h à 21 h et sont offertes en mode hybride, soit simultanément en ligne et en présence, au coût de 15 \$.

Tous les détails des conférences se trouvent sur notre site web : [centrestpierre.org](http://centrestpierre.org)

## Inscription requise à

[www.jeminscrismaintenant.com/centrestpierre](http://www.jeminscrismaintenant.com/centrestpierre)

## Faire société dans un monde chaotique

2 octobre 2024

**Vincent de Gaulejac**, sociologue et professeur émérite à l'Université Paris-Cité

À la suite des attentats de Paris en 2015 et de Bruxelles en 2016, nous avons accompagné un groupe d'individus touchés de près, afin de faciliter leur reconstruction et leur implication dans des actions citoyennes. Nous vous partagerons les résultats et nos observations de cette expérience.

## Autodétermination et sécurisation culturelles des peuples autochtones au Québec : luttes juridiques et politiques contemporaines

23 octobre 2024

**Karine Millaire**, Ph. D. avocate et professeure à l'Université de Montréal

Cette conférence abordera les enjeux juridiques et actuels vécus par les peuples autochtones au Québec en matière d'autodétermination et de sécurisation culturelles.

## Comment faire la morale aux robots ?

6 novembre 2024

**Martin Gibert**, chercheur en éthique de l'intelligence artificielle à l'Université de Montréal

Dans cette conférence d'introduction à l'éthique de l'intelligence artificielle, le philosophe Martin Gibert évoquera les nouveaux enjeux moraux que soulèvent des algorithmes comme ceux de ChatGPT ou de YouTube.

## La gestion efficace des émotions

27 novembre 2024

**Audray Lemay**, sexologue et psychothérapeute

Comprendre la nature des émotions, leurs manifestations, les déclencheurs spécifiques à chacune d'entre elles et découvrir des stratégies pour les gérer efficacement.

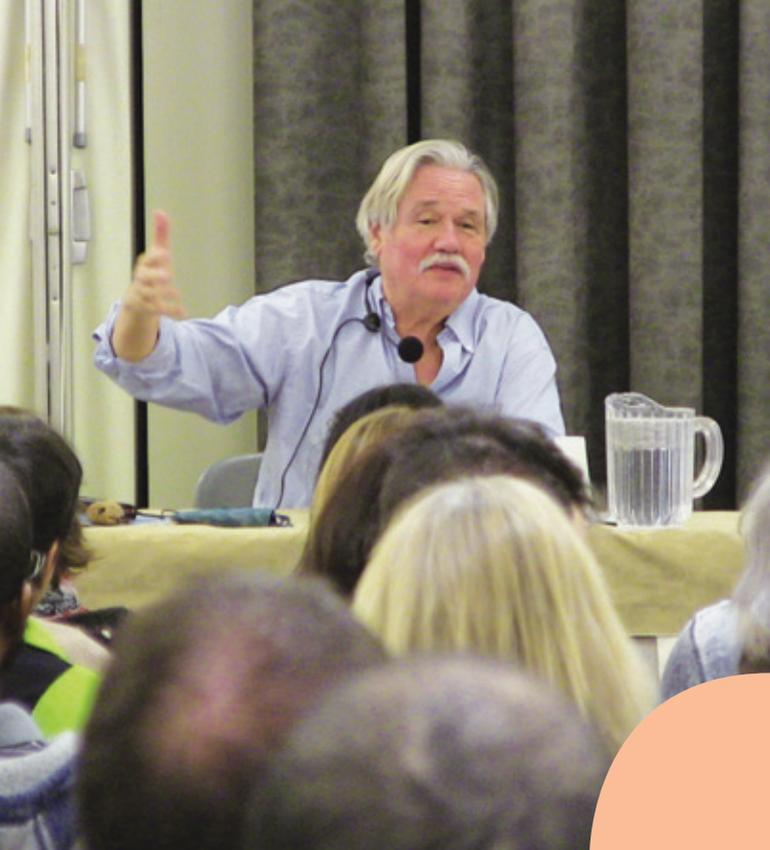
## Proche aidance : souffrir ou grandir à force d'aider

11 décembre 2024

**Yves Bélanger**, auteur, conférencier et formateur

Vous êtes un·e proche aidant·e. Vous vous sentez fatigué·e. Vous avez le sentiment de ne pas être à la hauteur. Vos émotions sont comme des montagnes russes. Vous craignez de perdre votre équilibre psychologique. Si une des affirmations précédentes vous concerne : venez recharger vos batteries, constater que vous n'êtes pas seul·e et découvrir des astuces pour poursuivre votre rôle sans vous épuiser.





## Une exploration de la pleine conscience et de l'autocompassion

22 janvier 2025

**Anouk Beaudin**, psychologue et formatrice MSC

Une introduction expérientielle pour découvrir les merveilleuses ressources et pratiques que sont la pleine conscience et l'autocompassion. La conférence comporte quelques enseignements conceptuels, mais elle est surtout axée sur des pratiques expérientielles (méditations et réflexions guidées) pour vous soutenir dans la rencontre de ce qui est vivant en vous.

## L'interspiritualité : vivre la rencontre de l'autre comme une expérience spirituelle

19 février 2025

**Frédérique Bonenfant**, Ph. D. en science des religions

Cette conférence se veut une introduction aux pratiques interspirituelles, leur dynamique spécifique, et la manière dont ces activités représentent un potentiel d'expérience spirituelle.

## Inclusion et sensibilités contemporaines : comprendre et s'adapter aux enjeux émergents

12 mars 2025

**Audray Lemay**, sexologue et psychothérapeute

Non-binarité, colonialisme, polyamour, racisme systémique, biais inconscients, hétéronormativité, grossophobie : vous avez de la difficulté à vous y retrouver ? À comprendre l'importance de ces concepts pour les personnes qui militent pour leur reconnaissance ou qui les dénoncent ? Vous craignez de commettre un impair ? Cette conférence est pour vous.

## De proche aidante à proche aimante. Et si l'accompagnement devenait un chemin initiatique...

2 avril 2025

**Clara C. Verhas-Breyne**, conférencière et formatrice en proche aidance

À partir d'une expérience personnelle et d'une recherche universitaire, cette conférence partage, en images et en mots, le récit de l'expérience de vie d'un accompagnement qui bouleverse, laboure et qui, peu à peu, trace un chemin vers la rencontre essentielle et créatrice avec soi, avec l'Autre et avec plus vaste.

## Les enjeux actuels concernant les réalités masculines et les perspectives d'avenir

23 avril 2025

**Yvan Phaneuf**, thérapeute en relation d'aide, auteur et conférencier

Que reste-t-il du conditionnement social des hommes ? Est-ce encore d'actualité pour la survie de l'espèce ? Quelle est l'évolution de la condition masculine au Québec ? Nous regarderons une route proposée vers une masculinité humaniste reflétant le dépassement des enjeux et défis liés au conditionnement masculin de fermeture et d'isolement.



# LE CENTRE ST-PIERRE

# ACCUEIL ET LOCATION DE SALLES



## Un service clé en main et personnalisé selon vos besoins

Le Centre St-Pierre, endroit par excellence pour vos événements, colloques, formations, rencontres d'équipe et conférences de presse en présentiel, en virtuel ou en mode hybride! Consultez les disponibilités de nos salles et effectuez vos réservations en ligne, sur place ou par téléphone.



### Nos salles

- ▷ Situé près des grands médias, à deux pas du centre-ville et du métro Beaudry
- ▷ Ouvert 7 jours sur 7
- ▷ Accessible aux personnes à mobilité réduite
- ▷ Wi-Fi et Internet haute vitesse par Fibre Optique
- ▷ Soutien technique et équipement audiovisuel (\$)
- ▷ Service de breuvages chauds et froids (\$) : café bio et équitable
- ▷ Stationnement réservé à notre clientèle (\$)
- ▷ Tarif préférentiel pour organisations des milieux communautaire, de l'économie sociale et syndical





# ÉVÉNEMENTS VIRTUELS

## Forfait Hibou à partir de 180 \$

Le hibou de réunion est tout indiqué pour vos événements avec des gens en présence et à distance. Cette caméra 360° avec micros intégrés permet de rendre les visioconférences plus dynamiques et plus fluides.

Que ce soit pour un webinaire, une formation en ligne, un panel ou encore, une assemblée, vous retrouverez dans nos espaces tout l'équipement nécessaire pour tenir des activités dynamiques et conviviales avec votre public.



# Formations sur le deuil et l'accompagnement

Partenaires de votre accompagnement auprès des personnes endeuillées !

## Programmation 2024-2025

† : nouveauté

Une bonification de notre offre de formation !

### Série Savoirs professionnels

Activités de formation continue basées sur les savoirs professionnels des milieux de pratique

- † Introduction à différents modèles théoriques du deuil et exploration d'outils d'intervention - [en salle](#) / [en ligne](#)
- † Comprendre et soutenir les personnes endeuillées en contexte d'aide médicale à mourir - [en ligne](#)
- † Le deuil chez les enfants et les adolescents : reconnaître, comprendre et intervenir - [en salle](#)
  - Le geste rituel comme outil d'accompagnement : Niveau 1 - [en ligne](#) / Niveau 1 - [en salle](#) / Niveau 2 - [en ligne](#)
  - Approche systémique et deuil : accompagner avec engagement et créativité - [en ligne](#)
  - Les rituels funéraires : mieux comprendre pour accompagner la clientèle endeuillée et valoriser le milieu funéraire - [en salle](#)

### Série Regards scientifiques

Activités de formation continue basées sur l'expertise universitaire

- Communauté de pratique sur le deuil et l'accompagnement - [en ligne](#) - 6 rencontres

### Série Monbourquette

Activités de formation continue basées sur l'approche et la pédagogie de Jean Monbourquette

- Sensibilisation au deuil - [en salle](#) / [en ligne](#)
- Sensibilisation au deuil en contexte de mort traumatique - [en salle](#) / [en ligne](#)
- Animation d'un groupe de soutien pour personnes endeuillées / [en salle](#)

Inscrivez-vous à notre infolettre et restez à l'affût de nos nouveautés !

[fas.umontreal.ca/deuil-infolettre](https://fas.umontreal.ca/deuil-infolettre)

Inscription en ligne et informations :

[fas.umontreal.ca/deuil](https://fas.umontreal.ca/deuil)

514 343-2328

[fda@fas.umontreal.ca](mailto:fda@fas.umontreal.ca)

 Suivez-nous!



Université   
de Montréal

# BOITE À OUTILS ET GUIDES

Visitez la section **Nos outils** sur notre site web pour en savoir plus !

## POUR METTRE VOS ACTIONS EN VALEUR

Pour vous guider dans le cycle de gestion et vous aider à mettre en valeur les projets, les services et les activités de votre organisation.



## LE GUIDE DE PLANIFICATION STRATÉGIQUE (GPS)

Un outil en ligne, simple et convivial permettant de mieux comprendre une démarche de planification stratégique ou d'en entreprendre une de manière autonome.



## LA CONCILIATION FAMILLE, TRAVAIL, VIE PERSONNELLE, ÇA VAUT LE COÛT !

Favorisez la rétention de votre personnel et devenez plus attrayant : cette formation en ligne vous aidera à mettre en place une politique de conciliation dans votre organisme.



## JEUX DE SOCIÉTÉ POUR FAVORISER LA GOUVERNANCE DÉMOCRATIQUE

« Le cycle annuel de la vie démocratique » et « La démocratie au sommet » sont deux jeux de société qui se veulent des outils ludiques pour échanger sur la vie, les composantes et les enjeux démocratiques d'un organisme communautaire.

## CONCEVOIR SON PLAN DE COMMUNICATION

Un outil qui vous permet d'être à la fois responsable et concepteur de votre plan de communication tout en respectant votre rythme.

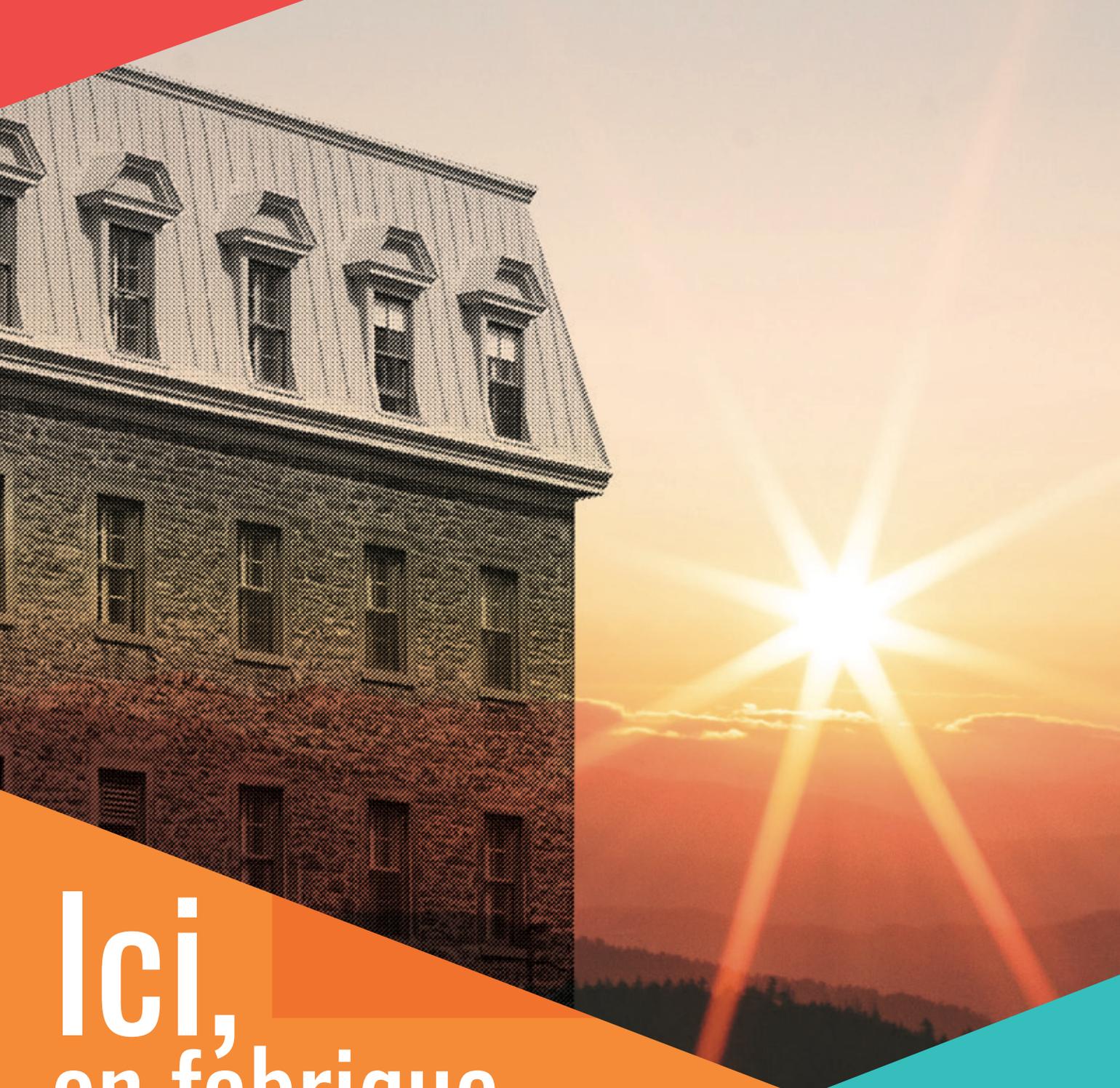


## ÊTRE BÉNÉVOLE ET PRENDRE SOIN DE SOI

Conçue spécifiquement pour les bénévoles œuvrant auprès des personnes âgées, cette trousse d'outils se veut un espace de réflexion sur les richesses et les obstacles de l'engagement bénévole.

## LES COMMUNAUTÉS DE PRATIQUE AU SERVICE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

Alimentez votre réflexion et consultez des outils pouvant servir de modèles d'inspiration.



# Ici, on fabrique du sens!

## L'infolettre du Centre St-Pierre



Pour donner du sens à vos actions, inscrivez-vous à notre infolettre afin d'avoir accès à du contenu et des promotions exclusives.

### L'équipe du Centre St-Pierre s'engage à vous offrir :

- Des espaces accueillants pour vos réunions et événements
- Des formations et de l'accompagnement pour renforcer vos capacités organisationnelles
- Des ateliers et conférences en développement personnel et spirituel
- De la psychothérapie à tarifs modulés selon le revenu
- De la supervision clinique pour les personnes intervenant en milieu communautaire



CENTRE ST-PIERRE

Visitez notre site web pour découvrir tous nos **services** et **activités**

[centrestpierre.org](http://centrestpierre.org)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux

@centrestpierre Centre St-Pierre Centre St-Pierre