



*Patientes expertes
de la souffrance au travail*

Comment aidons-nous ?

Parce que nous ne sommes pas thérapeutes, nous nous appuyons sur des compétences techniques, acquises dans nos parcours de vie respectifs, pour proposer différents ateliers collectifs visant :

- La resocialisation
- L'écoute mutuelle
- Le partage
- L'échange
- L'entraide
- Le plaisir de l'activité

Qui sommes-nous ?

Femmes d'horizons divers habitant la région de Caen, nous avons toutes traversé la même épreuve, celle du mal-être au travail. Notre inscription dans un groupe dédié aux échanges et à l'entraide nous a permis de mesurer à quel point cet espace manquait dans le rétablissement du lien social, entre des personnes vivant leur situation dans un grand isolement et des institutions peu ou mal connues.

Que faisons-nous ?

Nous nous définissons comme des « patientes expertes », expression qui désigne des personnes souffrant d'une maladie prolongée, et développent une connaissance fine de leurs troubles. Nous connaissons bien, pour les avoir éprouvés et partagés, les effets des situations de souffrance au travail.

Quel but visons-nous ?

Par le biais des activités créatives et de loisir que nous proposons, nous pensons pouvoir contribuer à prévenir les effets des situations de mal-être au travail, à permettre aux personnes de rebondir et à porter leur voix dans les milieux professionnels concernés.

Tout le monde critique tout le monde
Ca n'est plus supportable
On se croirait dans une cour d'école
L'ambiance est pourrie
Maintenant il y a des clans
Plus personne ne s'adresse la parole
Il y a des attaques personnelles
Ils ne se disent même plus bonjour

Mise au placard Mesure vexatoire
Agressivité Dénigrement
Humiliation publique
Attaques personnelles
Brimade Tache dévalorisante
Pression disciplinaire **Critique injustifiée** Déclassement

Je suis harcelé(e) On m'a mis en situation d'échec
Je suis tout le temps stressé(e)
Mon travail est dénigré
Je subis des violences verbales
Mon travail n'a aucun sens
Je n'en peux plus Je suis déprimé(e)

PEST

Patientes expertes
de la souffrance au travail

pest-souffranceautravail.jimdofree.com



Quels sont nos ateliers ?

Les premiers...

- Cosmétiques nature
- Couture
- Cuisine
- Ecriture
- Randonnée

... et peut-être pas les derniers !



Comment s'y inscrire ?

- En devenant adhérent de l'association pour 20 € l'année seulement
- Et en s'acquittant d'un droit d'entrée de 5 € pour chaque séance d'atelier (un carnet de 10 tickets est proposé à 40 €)

*Pour en savoir plus
contactez nos dirigeantes*

Présidente :

llebon.association@gmail.com

Vice-présidente :

suffoisassociation@gmail.com

Pourquoi s'y engager ?

La personne qui adhère à l'association comme membre actif (suivant un atelier) ou encore comme membre bienfaiteur (soutenant l'association), sera invité-e à l'assemblée générale annuelle ainsi qu'aux moments festifs et les services rendus pourront donner lieu à la délivrance d'un Passeport Bénévole afin de valoriser cet engagement.



Notre équipe de bénévoles

Nous sommes six à avoir fondé cette association dont nous composons le Conseil d'Administration.

Nous procédons aux admissions et recueillons les adhésions ainsi que la contribution aux activités.

Cinq d'entre nous animent un atelier, seules ou accompagnées d'une autre administratrice.

Le tout sous le signe de la convivialité ☺.

