

Groupe de soutien

Aidez-nous à créer un espace de soutien sûr,
Afin de s'appuyer sur les ressources mutuelles nécessaires pour retrouver l'espoir.

✦ SOUTIEN

Offrir du soutien avant de donner des conseils.

Utiliser des déclarations « je ». Parfois, il y a plus de guérison dans les relations les uns avec les autres que dans la recherche rapide de solutions ou de conseils.

✦ SUJETS SÛRS

Nous évitons de parler dans le groupe des traumatismes, de l'automutilation, du suicide ou des discussions sur les addictions. Toute discussion sur le fait de se faire du mal ou de faire du mal à quelqu'un d'autre sera prise au sérieux, car nous devons assurer votre sécurité et celle des autres. Si vous avez besoin d'une assistance de premier recours, nous sommes là pour vous aider lors des prises en charge individuelles.

✦ CONFIDENTIALITÉ

Ce qui est dit dans le groupe reste dans le groupe et veuillez participer depuis un endroit privé et calme. Il est interdit aux participants de divulguer tout ce qui a été partagé lors des réunions, l'identité des membres présents, ou d'enregistrer de l'audio, de la vidéo, ou de prendre des photos ou des captures d'écran.

✦ VIDEO ALLUMÉE

Si votre caméra peut être allumée, veuillez le faire - cela fait partie des règles du groupe.
Conseil de pro : vous pouvez choisir de masquer votre image personnelle en cliquant sur les trois points en haut à droite de votre vidéo .