



Offre de coaching de vie pro bono pour les professionnels de santé lors de la crise COVID-19

Nous sommes un groupe de coaches de vie certifiés, offrant le coaching de vie pro bono aux personnes (telles que les immigrants récents et les ex-travailleuses du sexe) qui autrement ne pourraient pas se permettre un tel soutien (les sessions coûtent normalement plus de 150 \$ par heure.) Nous avons décidé de faire une offre de coaching en ligne à des tarifs pro bono / très bas (un paiement symbolique de 5 \$ par session) à toute personne impliquée dans la réponse à la crise sanitaire actuelle qui pourrait accueillir favorablement la perspective d'avoir un coach de vie empathique et de soutien pour s'en engager une ou deux fois par semaine. Chacun de nous est disposé à offrir jusqu'à six de ces séances à tout travailleur de la santé qui estime qu'il / elle aimerait accéder à un tel soutien en ce moment. Les sujets sur lesquels travailler en coaching peuvent être à peu près n'importe quoi, de la gestion du stress au développement des compétences en communication ou en gestion, en passant par la planification de carrière.

Toutes les demandes seront traitées dans la plus stricte confidentialité. Les membres de notre group parlent anglais, français, arabe et espagnol : les clients seraient les bienvenus pour indiquer la langue dans laquelle ils seraient le plus à l'aise pour recevoir un coaching, et si nous pouvons faire un match linguistique, nous serions heureux de le faire. Les demandes doivent être envoyées à Kate Bligh à katebligh@gmail.com. Elle « triera »

toutes les demandes qui arriveront et réfèrera les clients à ses collègues du groupe.

Offer of pro bono life coaching for health care professionals during the COVID-19 crisis

We are a group of certified Life Coaches, offering pro bono life coaching to people (such as recent immigrants and ex-sex workers) who would not otherwise be able to afford such support (sessions normally cost upwards of \$150 per hour.) We have decided to make an offer of online coaching at pro bono/very low rates (a token payment of \$5 per session) to anyone involved in responding to the current health crisis who might welcome the prospect of having a supportive, empathetic life coach to check in with once or twice a week. Each of us is open to offering up to six of these sessions to any health care worker who feels they would like to access such support at this time. Topics to work on in coaching can be pretty much anything, from stress management, to developing communications or management skills, to career planning.

All requests will be treated in the strictest of confidence. Between us, we speak English, French, Arabic, and Spanish: clients would be welcome to indicate the language they would be most comfortable receiving coaching in, and if we can make a match, we would be happy to accommodate that. Requests should be sent to Kate Bligh at katebligh@gmail.com. She will 'triage' any requests that come in, and to refer clients to her colleagues within the group.

Kate Bligh MFA PPCC
Part-time faculty member (Theatre, Irish Studies, English)
Concordia University
Communications Consultant - Facilitator - Life Coach
KateBligh.com
[514 436 4729](tel:5144364729)