



## **PROJET KORSA-SOUTIEN PAR LES PAIRS OFFERT AU CAMPUS MONTRÉAL ET MAURICIE**

Vous vivez du stress et de l'anxiété dans le cadre de vos études?

Vous aimeriez recevoir un soutien individuel afin d'être accompagné.e par un.e étudiant.e dans un programme où la relation d'aide fait partie intégrante du cursus et ayant vécu de l'anxiété?

Si oui, le projet Korsa est possiblement pour vous!

**Inspiré de la thérapie d'acceptation et d'engagement.  
En suédois, Korsa signifie traverser, franchir.**

### **Votre engagement:**

Recevoir un soutien individuel gratuit et confidentiel.

Vous investir dans la démarche afin d'en tirer des résultats.

Participer à 5 séances en ligne, de 60 minutes sur 5 semaines consécutives durant la session d'automne.

### **Notre engagement:**

Former les pairs aidants.

Assurer la coordination du projet.

Être en soutien.

**Nous vous encourageons grandement à venir assister à notre séance d'information sur Zoom le 20 janvier 2023 à 12h, pour vous inscrire:**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd\\_WC9F0\\_mL\\_8B6rrINlqkKNHJLD9y9wDtUJrRrZrCKPdUkgw/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd_WC9F0_mL_8B6rrINlqkKNHJLD9y9wDtUJrRrZrCKPdUkgw/viewform?usp=sf_link)

**Pour participer au Projet Korsa, veuillez compléter ce formulaire en ligne:**

[https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=709-0kcq50uYHg-Jd\\_ox2FfwGb6SaEJKiTbRpMrS3R5UOVNFQUg2VERHNEUwTUhJWTUOSIFWSDVCTC4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=709-0kcq50uYHg-Jd_ox2FfwGb6SaEJKiTbRpMrS3R5UOVNFQUg2VERHNEUwTUhJWTUOSIFWSDVCTC4u)

**N'hésitez pas à nous consulter au besoin:**

**[baer@meddir.umontreal.ca](mailto:baer@meddir.umontreal.ca)**

Faculté de médecine

Université  de Montréal et du monde.