

# LA PETITE HISTOIRE DE L'INFRASTRUCTURE CLINIQUE DE RÉSEAU SAGESSE

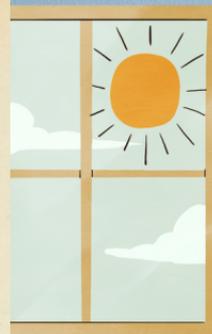


Au début des années 1990, un membre fondateur de Réseau SAGESSE réalise une **étude exploratoire** pour en apprendre davantage sur les conditions de pratique des psychologues en cabinet privé à Québec. Les résultats sont préoccupants : isolement professionnel, frais de gestion élevés, couverture d'invalidité parfois absente, manque d'espace, de fenestration, d'aération et d'insonorisation, etc.

Un projet un peu fou est alors né : réduire ces lacunes en réunissant **sous un même toit** les manières de faire les plus efficaces pour soutenir les psychologues et tout autre psychothérapeute dans leur pratique.

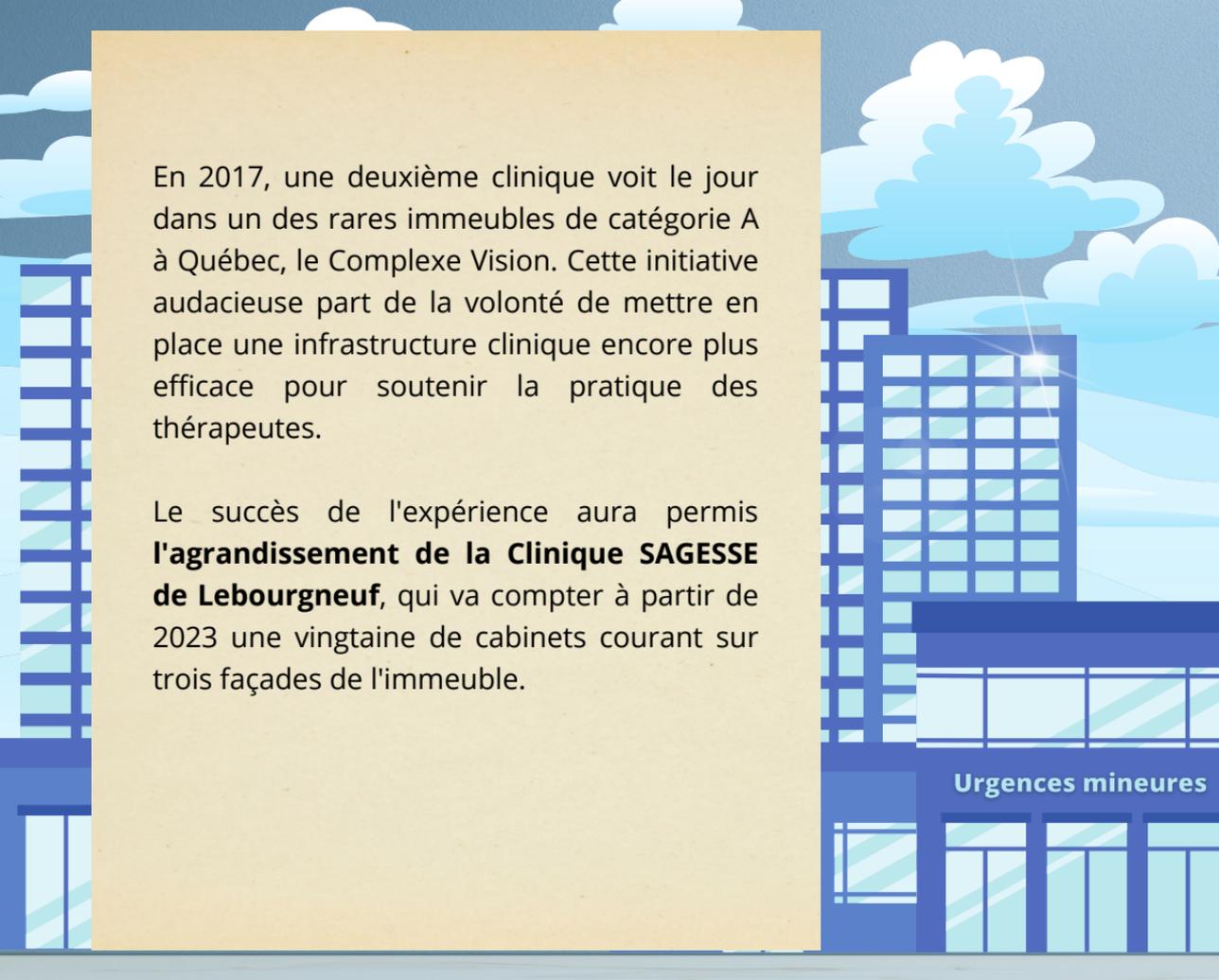


En 1995, une première clinique ouvre ses portes à Plaza Laval sur le chemin Ste-Foy. Elle compte une dizaine de cabinets, une belle salle de réunion et une fenestration généreuse, avec vue sur le nord de la ville de Québec.



The background features a stylized illustration of a city skyline in shades of blue and grey. In the foreground, there is a bright red door with a white frame and a small window with a grid pattern. To the left of the door, a yellow chimney is visible. The sky is light blue with several white birds flying. The overall style is simple and graphic.

La clinique déménage à quelques pas de là en 2005 lors de l'achat d'une propriété sur le chemin Ste-Foy. Entièrement rénovée au fil des années, la **Clinique SAGESSE de Ste-Foy** compte aujourd'hui huit cabinets, une salle commune spacieuse avec cuisine, un stationnement gratuit, des salles de bain avec douches ainsi qu'une insonorisation et une climatisation de qualité.



En 2017, une deuxième clinique voit le jour dans un des rares immeubles de catégorie A à Québec, le Complexe Vision. Cette initiative audacieuse part de la volonté de mettre en place une infrastructure clinique encore plus efficace pour soutenir la pratique des thérapeutes.

Le succès de l'expérience aura permis **l'agrandissement de la Clinique SAGESSE de Lebourgneuf**, qui va compter à partir de 2023 une vingtaine de cabinets courant sur trois façades de l'immeuble.

## DÉFINITION DE L'ESPACE MENTAL

À sa plus simple expression, l'infrastructure clinique de Réseau SAGESSE soutient les psychologues et les autres psychothérapeutes membres du réseau dans leur pratique. La notion d'espace mental permet d'illustrer en quoi consiste un tel soutien.

Pratiquer la psychothérapie exige d'être disponible, c'est-à-dire de cultiver un espace en soi pour permettre à l'Autre d'y prendre forme de manière franche, déliée. L'espace mental contient les ressources aussi bien cognitives qu'affectives et relationnelles du thérapeute.

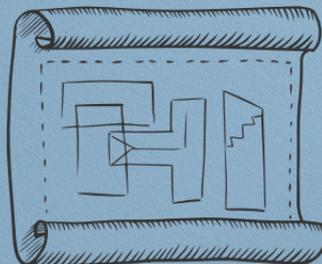
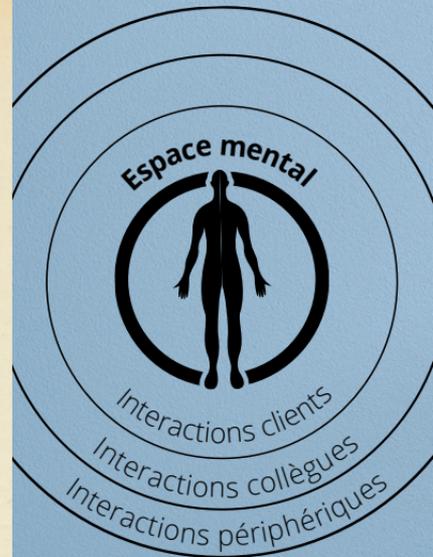


Avec le développement anarchique des technologies de l'information et la lutte à l'attention numérique (Bronner, 2013; Harari, 2018), il est de plus en plus difficile de se ressourcer dans son quotidien et de cultiver son espace mental. Cela est ressenti non seulement par les clients mais aussi par les thérapeutes.

L'infrastructure clinique de Réseau SAGESSE est destinée à réduire l'épuisement cognitif et affectif du thérapeute. Du cabinet aux aires communes en passant par la cuisine, la salle d'eau, le salon des thérapeutes et la plateforme Psylog, tout a été réfléchi pour préserver l'espace mental du principal intéressé.

Bronner, G. (2013). *La démocratie des crédules*. Presses universitaires de France.

Harari, Y. N. (2018). *21 lessons for the 21st century*. Signal.







**Cadre de pratique souple.** Le choix des modalités de pratique revient au thérapeute et Réseau SAGESSE a mis en place une formule pour répondre à ce besoin. Bien que souple, cette formule a été élaborée dans le respect des normes de la profession. Et si le thérapeute se questionne quant à ce qu'il devrait faire, par exemple pour les annulations, les retards de paiement ou encore l'augmentation de ses tarifs, l'équipe administrative se fera un plaisir de le *soutenir* dans sa démarche.

que vous recherchez  
selon votre approche



Bail court terme,  
renouvelable

Choix de vos honoraires

Nombre de clients  
et de journée(s)  
de pratique  
selon vos besoins

Sous-location  
de votre cabinet  
si vous le désirez

Le type de clientèle que vous recherchez  
selon votre approche

Congé de parentalité



**Intégrité du cabinet.** Le cabinet est l'unité de base de la clinique, le lieu le plus sollicité par le psychothérapeute. Il est à son image et possède les traits distinctifs de Réseau SAGESSE, ce qui en assure son intégrité.

Espace optimisé pour les besoins individuels du thérapeute

# Clinique de Lebourgneuf



Ventilation de catégorie médicale (i.e., propagation aérosole limitée)



Insonorisation supérieure (i.e., murs, ventilation, porte et fenêtres)

Thermostat pour la climatisation et le chauffage

Fenêtres de qualité commerciale avec toiles solaires

Vue et luminosité généreuses

Espace optimisé pour les besoins individuels du thérapeute

# Clinique de Sainte-Foy

Thermostat individuel  
pour la climatisation

Insonorisation supérieure  
(i.e., murs, porte  
et fenêtres)

Vue et luminosité  
généreuses

Grandes fenêtres  
avec toiles solaires

Espace optimisé  
pour les besoins  
individuels du thérapeute



**Pilier administratif.** Pratiquer en tant que travailleur autonome implique une part de gestion. Cela n'est plus enseigné dans les programmes doctoraux de psychologie malgré que la majorité des thérapeutes au Québec pratiquent au privé. L'équipe administrative de Réseau SAGESSE et la plateforme de gestion Psylog répondent à ce besoin.

A computer monitor is partially visible, showing a software interface. The interface has a white background with a purple button labeled 'Modifier' and a grey button labeled 'Fermer'. The monitor is set against a blue wall.

Quelques clics suffisent avec le **panneau de contrôle** de Psylog



Navigation: ACTIVITÉS | ENTENTES | CHAMPS DE PRATIQUE | PARAMÈTRES PAR DÉFAUT | ARCHIVAGE DES DOSSIERS CLIENTS | GABARITS DE NOTES D'ÉVOLUTIONS | DOCUMENTS | HISTORIQUE DES COURRIELS

October 2022

Calendar: LUN, MAR, MER, JEU, VEN, SAM, DIM

Buttons: Ajouter, Légende, Activité, Rencontre Clinique

### Détails d'une activité

<b>Client:</b> Monsieur Test	<b>Mandat:</b> Libre
<b>Date:</b> 2022-10-27 Jeudi	<b>Taux horaire:</b> 130.00 \$
<b>Heure:</b> 17:00	<b>Monsieur Test:</b> 100 %
<b>Durée heures:</b> 1	<b>Redevance clinique:</b> 0 %
<b>Facturable:</b> Non	<b>% au superviseur:</b> 0 %

Buttons: Supprimer, Attestation de services, Envoyer, Signature, Paiement, Note d'évolution, Rappel de rendez-vous, Modifier, Fermer

Et s'il y a une question, un membre de l'équipe n'est jamais bien loin





**Convivialité des lieux.** Du cabinet aux espaces périphériques, tout compte pour permettre au thérapeute aussi bien qu'à ses clients et à leurs proches de se ressourcer.



# Clinique de Lebourgneuf



Avant, pendant ou après  
la rencontre thérapeutique





**Activité physique.** Le conditionnement physiquement améliore l'attention et diminue le stress. Quoi de plus pratique que d'utiliser les transports actifs ou d'avoir accès à un gym sur son lieu de travail pour s'entraîner régulièrement?

avec  
rés

supports à vélo protégés  
stationnement sous-terrain



# Clinique de Lebourgneuf



Gym pour les membres, avec  
douches et casiers barrés

Supports à vélo protégés  
dans le stationnement sous-terrain

Métrobus à proximité



**Aires communes.** Pour contrer l'isolement professionnel, pour se sentir soutenu, pour lâcher son fou et pour partager avec des thérapeutes aux approches et aux expériences variées.





**Clinique de Lebourgneuf**



**Zone d'initiatives.** Les espaces à la disposition du thérapeute facilitent son développement professionnel et ses prises d'initiatives. Il s'agit d'un contexte clinique riche : volume de clients important, diversité des approches cliniques, nombre décisif de thérapeutes expérimentés, milieu de formation pour les doctorants, supervision, intervision, salle de réunion à même la clinique, etc.



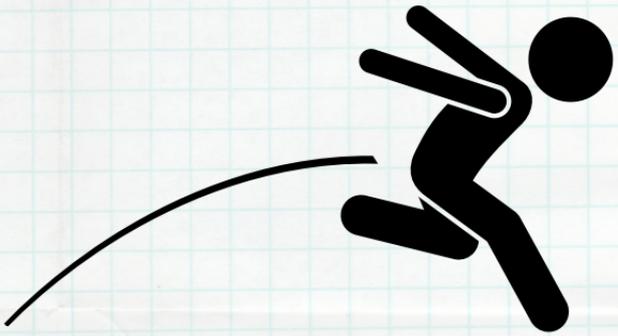
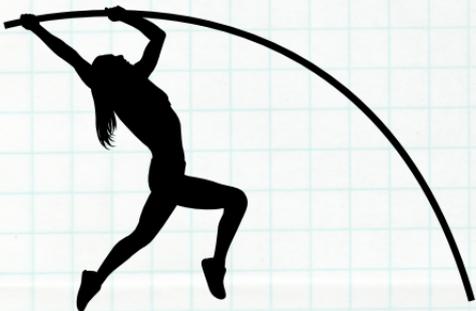
Partager avec des thérapeutes  
aux expériences diverses (p. ex., TCC,  
psychodynamique, humaniste, PGRO,  
neuropsychologie, trauma complexe,  
troubles du sommeil)

Superviser des doctorants

Joindre le comité social

Faire des présentations orales

Débuter un groupe de lecture





**Services de proximité.** La proximité de services complémentaires à la pratique privée joue un rôle important pour préserver l'espace mental du thérapeute, qui n'a qu'à prendre une marche pour se rendre là où il a besoin d'aller.

antenne 24 hrs  
(3e étage)

(étage)

plusieurs centaines de places  
de stationnement gratuites



# Clinique de Lebourgneuf

Salle de réception  
(6e étage)

Auditorium pour la  
formation continue des  
professionnels de la santé  
(5e étage)

Courtiers en assurances  
ayant une expertise  
avec les psychologues  
(4e étage)

Gym et cantine 24 hrs  
(3e étage)

Pharmacie (1er étage)

Restaurant (1er étage)

GMF  
avec urgences mineures  
(1er et 2e étages)

ENTRÉE

plastic  
QUÉBEC

VISTRE

Plusieurs centaines de places  
de stationnement gratuites



# Clinique de Sainte-Foy

Restaurants

Plaza Laval

Hôpital

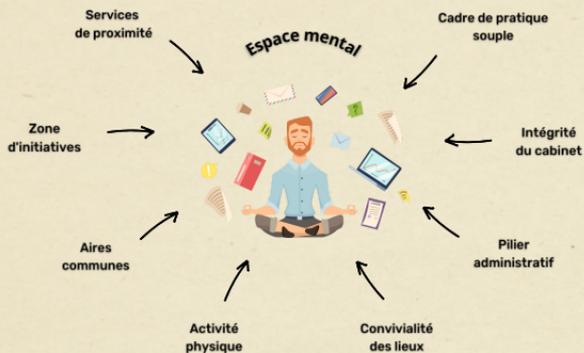
Pharmacie

Restaurant

Stationnements à l'arrière



C'est ainsi que se termine cette petite histoire, écrite pour rendre compte d'un projet qui continue de grandir. L'infrastructure clinique de Réseau SAGESSE a été conçue pour évoluer selon les besoins professionnels des membres du réseau.



*Document créé par François René de Cotret,  
membre de Réseau SAGESSE*



Infrastructure clinique  
pour psychologues