

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Le parcours de formation comprend **six modules de trois heures chacun**, soit un programme de formation de dix-huit heures au total. Compte tenu de la disponibilité des aidants tout autant que leur sensibilité à l'égard de chacun des modules, il est convenu que seuls les deux premiers modules sont obligatoires. Les quatre autres modules sont donc optionnels. Malgré tout, il est important de rappeler aux aidants que la formation est un processus s'inscrivant sur la durée et que la notion de parcours est importante pour que cela leur soit utile. Cette formation est entièrement **subventionnée**.

Les objectifs généraux de la formation pour les participants :

A l'issue de la formation les stagiaires seront capables :

- De désigner ce que représente pour eux la relation d'aide à un proche
- De se questionner et d'analyser les situations vécues dans la relation au proche
- De repérer ce qui pose difficulté
- De choisir les réponses adéquates à leurs situations
- De mieux identifier les ressources existantes près de chez eux
- De développer leur capacité à agir

Cette formation est centrée sur l'aidant en tant que personne, sur ce qu'elle fait, sur là où elle en est, pour cheminer avec elle sur ce qu'elle vit dans sa relation d'aide. L'accompagnement, bien qu'en groupe, est donc **individualisé et adapté** à chaque personne.

PUBLIC

Prérequis

Peut prendre part à cette formation tous les proches aidants, c'est-à-dire toutes les personnes accompagnant un proche malade, en situation de handicap ou de dépendance du fait de l'âge. **Sont exclus** de cette formation tous les professionnels ou les personnes bénévoles dans l'accompagnement (sauf s'ils sont aidants à titre personnel).

MODALITÉS PRATIQUES

Durée : 18h

Tarif groupe : Formation subventionnée

Horaires : 9h à 17h – 13h30 à 17h

Lieu : Centre de Formation De Pen Bron

Dates : À DÉFINIR

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Les 6 modules et leurs objectifs

1. Quand la maladie, le handicap s'imisce dans la relation au proche

Le module 1 propose d'interroger la manière dont chacun se représente la maladie ou le handicap et ses effets sur les capacités et le comportement de son proche. Il s'agit également de réfléchir sur la manière dont on s'investit dans la relation d'aide. Il sera proposé des repères et d'approfondir ses connaissances sur différents concepts (autonomie, dépendance, handicap, maladie).

2. Être aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites

Le module 2 a pour objectifs de permettre à chacun d'identifier ses représentations de la relation d'aide et en interroger la nature et ses limites. Chacun pourra ainsi questionner sa propre santé, son ressenti et reconnaître ses besoins et les limites qu'il souhaite établir dans son rôle d'aidant.

Contact :

Centre de Formation Pen Bron

Route de Pen Bron La Turballe

02.40.45.85.15

centredeformation@association-penbron.fr

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

La démarche pédagogique pourra se construire
au travers des modalités suivantes :

- Apports théoriques
- Ateliers pratiques et techniques
- Etude de cas concrets
- Vidéos
- Quizz, jeux de rôles, QCM
- Echanges

ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE

A définir

SUIVI EXECUTION DE LA FORMATION

Feuilles d'émargement

ÉVALUATION DES RÉSULTATS / ATTESTATION

Evaluations individuelles formatives

Attestation de formation

Contenu (suite)

3. La relation au quotidien avec son proche

Le module 3 propose à chacun d'identifier les changements intervenus dans la relation quotidienne avec son proche, de réfléchir à la place et au rôle que l'on occupe auprès de lui tous les jours. Le formateur proposera d'identifier des pistes pour se repositionner en tant que frère, épouse, enfant, ami au quotidien.

4. Trouver sa place avec les professionnels

Le module 4 invite les aidants à identifier quelles peuvent être les difficultés rencontrées dans les relations avec les professionnels. Ceci pour être dans une relation équilibrée avec ces derniers et son proche afin que chacun puisse avoir une vision claire de son rôle et de sa place.

5. Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne

Il s'agit, à travers de ce module 5, d'identifier les gestes de la vie quotidienne qui posent problème et de repérer les aides humaines et techniques existantes pour relever ces difficultés. Ainsi, chacun pourra trouver ses propres solutions pour faciliter la réalisation de certains gestes.

6. Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale

Ce dernier module permet d'interroger sa vie personnelle – sociale, familiale, professionnelle – et la manière dont elle est impactée par son rôle d'aidant. Il s'agit également de connaître les dispositifs pouvant faciliter la conciliation entre vie d'aidant et vie personnelle pour définir les stratégies que chacun peut et souhaite mettre en œuvre pour soi-même.