CATALOGUE DE FORMATIONS 2023

FormAction
Renforcez vos compétences

aPef Association Paritaire pour l'Emploi et la Formation

FeBi vzw/asbl

FormAction

Le catalogue des formations pour les travailleur·euse·s du non-marchand

Janvier - décembre 2023

RENSEIGNEMENTS
Tel. : 02/229 20 23
Courriel : formation@apef-febi.org

TABLE DES MATIÈRES

QUELS SONT LES DOMAINES ET THÉMATIQUES DE LA FORMATION ?

SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL 13

Hygiène et diététique de cuisine de collectivité 14

Hygiène et entretien des locaux et équipements de travail 18

Législation et outils sur le bien-être au travail 21

Prévention des lombalgies et ergonomie 27

Prévention des risques psychosociaux 41

Prévention incendie 43

Secourisme 47

Sécurité au travail 68

RELATIONS INTERNES AUX ÉQUIPES DE TRAVAIL 71

Communication assertive 72

Conduite de réunion 79

Concertation et dialogue social 84

Développement professionnel 85

Gestion d'équipe de travail 106

Gestion des émotions et stress 122

Prévention et gestion des conflits 154

Prévention de l'épuisement professionnel 163

Prise en compte de la diversité au sein des équipes 167

Travail d'équipe 169

Tutorat 172

OUTILS DE GESTION POUR LES ORGANISATIONS NON MARCHANDES 183

Bureautique 184
Communication externe 210
Evaluation et amélioration de la qualité de l'organisation 215
Gestion administrative et financière 216
Gestion de projets 224
Gestion des ressources humaines 227
Gouvernance et pilotage du projet associatif 231
Partenariat et travail en réseau 233
Plan de formation 234
Secrétariat/écrit professionnel 238
Gestion et communication de crise 242

RELATIONS AVEC LE PUBLIC BÉNÉFICIAIRE 243

Accueil 244
Confrontation aux traumas et deuils 248
Ecoute et communication empathique 255
Ethique et déontologie 269
Gestion de l'agressivité 273
Multi-culturalité 298
Prise en compte de la dimension genre dans les relations avec le public 300
Prise en compte des personnes en situation de handicap et/ou en souffrance mentale 301

MÉTHODES ET OUTILS D'INTERVENTION ET D'ANIMATION 313

Accompagnement au quotidien 314
Accompagnement psychosocial 322
Animation 330
Education à la vie affective et sexuelle 352
Éducation et pédagogie 356
Soins de santé 366
Travail avec les familles 394

AVANT-PROPOS

Renforcer ses compétences.

Voilà bien, à n'en pas douter, un **objectif** dans votre organisation ou votre **institution**. Qu' elles soient individuelles, collectives ou institutionnelles, les compétences présentes dans votre structure font partie de vos meilleurs atouts dans l'exercice de vos missions. Le **professionnalisme** du secteur non marchand ou subventionné, allié à l'engagement dont il fait continuellement preuve, est une clé de sa reconnaissance. Ce sont aussi ce professionnalisme et cet engagement qui vous font considérer la **formation** comme un **outil** indispensable pour relever les défis d'un monde qui change et de fonctions qui évoluent, un outil nécessaire aussi pour favoriser l'**épanouissement professionnel et personnel** de chacun·e.

Renforcer vos compétences.

Voilà aussi l'objectif que poursuivent APEF et FeBi en vous proposant ce catalogue de formations. Les deux asbl se sont coordonnées pour vous présenter **leur catalogue FormAction.** Fusion des précédents catalogues, FormAction bénéficie ainsi de l'investissement de nos équipes autour d'un projet commun tout entier dédié à soutenir votre action. Un catalogue de formations que nous souhaitons plus moderne, plus aisé à manipuler malgré son impressionnant format et qui offre une **réponse** concrète aux **besoins** généraux ou spécifiques de la constellation des **secteurs**, d'organisations et de travailleur·euse·s dont vous faites partie. FormAction, parce qu'être en formation c'est déjà être dans l'action. Et que vous êtes les **acteur·trice·s d'une société bienveillante et inclusive**.

Au nom des partenaires sociaux représentant les organisations syndicales et les fédérations d'employeurs des secteurs concernés, en tant que Présidente, Président et Vice-présidents des asbl FeBi et APEF, nous sommes particulièrement heureux de vous soumettre ce catalogue FormAction.

Et surtout, **renforcez vos compétences** !

Nathalie Lionnet et Paul Fourny
Présidente et Vice-président

APEF asbl

Yves Hellendorff et Hendrik Van Gansbeke
Président et Vice-président

FeBi asbl

A. Informations pratiques

I. A qui sont destinées les formations ?

Cette offre est destinée aux **travailleur·euse·s salarié·e·s** des institutions qui relèvent de la compétence d'un des **12 fonds de formation** suivants :

Asbl APEF

Commission paritaire 304

Fonds social pour le secteur francophone des **Arts du spectacle** – Fonds 304 (indice ONSS 662)

Commission paritaire 319.02

Fonds social pour le secteur des **Institutions et Services d'Aide aux Jeunes et aux Handicapés** – Fonds social ISAJH (indice ONSS 162)

Commission paritaire 327.02 et 03

Fonds social pour le secteur des **Entreprises de Travail Adapté** (ETA) – Fonds social ETA (indices ONSS 173 – COCOF et 273 région wallonne)

Commission paritaire 329.02 et 03

Fonds social pour le secteur **Socio culturel et sportif –** Fonds 4S (indice ONSS 362 et 762)

Commission paritaire 332

Fonds social des **milieux d'accueil d'enfants** (indice ONSS 022)

Fonds social du secteur de l'**aide sociale et soins de santé ambulatoire** (indice ONSS 222)

Asbl FeBi

Commission paritaire 319

Fonds social pour les **établissements d'éducation et d'hébergement** bicommunautaires et fédéraux – Fonds social 319Bico (indice ONSS 462)

Commission paritaire 330

Fonds social pour les **hôpitaux** (indice ONSS 025)

Fonds social pour les **personnes âgées** (indice ONSS 311 et 330)

Fonds social pour les **établissements et services de santé** - Fonds social ESS (indice ONSS 422, 522, 722 et 735)

Commission paritaire 337

Fonds **auxiliaire du non-marchand** - Fonds social 337 (indice ONSS 139)

Actuellement, seuls les travailleur·euse·s des institutions sélectionnées peuvent participer.

Un groupe de participants peut donc être composé de travailleurs émanant de différents secteurs.

De manière générale, aucune intervention financière n'est demandée pour les travailleur·euse·s salarié·e·s

En effet, les formations sont financées par les Fonds sociaux (listés ci-dessus) alimentés par la perception de cotisations patronales sectorielles.

INTRODUCTION

II. Qui peut s'inscrire ?

1. Les travailleur·euse·s salarié·e·s

Tous·tes les travailleur·euse·s salarié·e·s d'une asbl de l'un des secteurs listés à la page précédente peuvent s'inscrire à l'offre de formations gratuites.

Cas particuliers

Secteur des Arts du spectacle (Fonds 304)

- Peut également s'inscrire le·la travailleur·euse ne disposant pas d'un contrat CDI ou CDD qui peut faire état de 30 journées de prestation auprès d'une ou plusieurs structures de la CP 304 francophone au cours des 24 derniers mois.
- Seules certaines thématiques de formation sont accessibles pour la CP 304. Vous en trouverez le détail sur www.fonds304.be.
  Pour toutes questions, contactez le fonds 304 (cf p. 401).

Secteur des hôpitaux

Les travailleur·euse·s possédant un master ne peuvent pas s'inscrire sauf s'ils ont :

- + de 50 ans
- une capacité réduite au travail reconnue
- été engagé·e·s depuis moins d'un an et étaient demandeur·euse·s d'emploi avant l'engagement.

Secteur des ETA wallonnes

Les ETA wallonnes membres de l'EWETA peuvent inscrire des travailleur·euse·s selon les mêmes procédures reprises aux conditions générales. Le coût des formations est pris en charge par chaque ETA au coût forfaitaire de 75 €/jour/personne.

Modalités de financement de certains Fonds

Secteurs 4S - MAE - ASSS et ISAJH

Les frais d'inscription sont entièrement pris en charge par le Fonds. Un montant forfaitaire de 80 € par jour et par participant·e est comptabilisé dans le Budget Maximum Autorisé (BMA) de l'asbl. Les formations in situ sont également déduites du BMA (voir page 11).

En cas de non-participation à une formation :

- Si vous annulez votre participation à une formation ou à une partie de celle-ci, le BMA reste impacté d'un montant correspondant à l'entièreté de la formation, quel que soit le motif d'absence évoqué.
  Exemple : vous participez à 2 jours de formation sur les 3 prévus – le montant comptabilisé dans le BMA de votre asbl sera de 240 € (3 jours * 80 €).
- Si le catalogue annule la formation à laquelle vous étiez inscrit·e, rien ne sera comptabilisé dans le BMA de votre asbl.

2. Les personnes travaillant au sein d'une institution mais non salariées de celle-ci

S'il reste des places disponibles, les formations sont également accessibles pour les travailleur·euse·s non salarié·e·s d'une institution mais participant aux équipes de travail (bénévole, indépendant·e, personnel communal, stagiaire) et ce, pour les institutions relevant des Commissions paritaires (CP) mentionnées en page 5 (non accessible pour les CP 304 et 327).
Cas particuliers : secteur des hôpitaux (idem point 1).

Le coût pour ces inscriptions s'élève à 80 € par jour de formation et par participant·e. Une facture sera adressée à l'institution 10 jours avant la formation, uniquement s'il reste des places disponibles. Le paiement doit être effectué avant la formation. L'accès à la formation pourra être refusé si le·la participant·e n'est pas en ordre de paiement.

3. Les demandeur·euse·s d'emploi

Les demandeur·euse·s d'emploi qui étaient salarié·e·s des commissions paritaires (CP) mentionnées en page 1 (excepté les CP 304, 327 et 329.02/03) dans l'année qui précède le premier jour de formation et qui ont au moins 6 mois d'expérience auprès d'un employeur du secteur peuvent participer gratuitement aux formations.

Récapitulatif par secteur

Secteurs	Sociocultu-rel et Sportif	Institutions et services d'Aide aux jeunes et aux handi-capés	Aide sociale et soins de santé	Milieux d'accueil d'enfants	Arts du spec-tacle	ETA RW
Fonds social	4S	ISAJH	ASSS	MAE	304	
Commission paritaire	329.02 329.03	319.02	332	332	304 francophone	327
Indice ONSS	362, 762	162	222	022	662	173/273
Travail-leur·euse·s **salarié·e·s** de l'institu-tion	Montant forfaitaire de 80 €/jour/personne déduit du BMA de l'institution				Inscription gratuite	Coût de 75 €/jour/personne pris en charge par l'ETA
Travail-leur·euse·s **non sala-rié·e·s** de l'institution	Coût de 80 €/jour facturé à l'institution				Non accessible	Non accessible
Condition particulière					Si le·la tra-vailleur·euse ne dispose pas d'un CDD ou CDI, il·elle peut faire état de 30 journées de prestations au cours des 24 derniers mois	
Deman-deur·euse d'emploi	Non accessible	Accessible au demandeur·euse d'emploi qui était salarié·e du secteur dans l'année qui précède le 1er jour de formation et durant au moins 6 mois auprès de l'em-ployeur			Non accessible	Non accessible
Annulation d'inscription	Déduit du BMA quel que soit le motif d'an-nulation	Déduit du BMA si annulation < 10 jours avant le début de la formation				

Secteurs	Éducation et héber-gement (fédéral et bicommu-nautaire	Hôpitaux privés	Maisons de repos	Auxiliaire non marchand	Établissements et services de santé
Fonds social	319 bico	HP	MR/MRS	337	ESS
Commission paritaire	319.00	330	330	337	330
Indice ONSS	462	025	330, 311	139[1]	422, 522, 722, 735
Travail-leur·euse·s **salarié·e·s** de l'institution	Inscription gratuite				
Profil du·de la travailleur·euse	Tout profil	Les travailleur·euse·s possédant un master ne peuvent pas s'inscrire sauf s'ils·elles ont: • + de 50 ans • une capacité réduite au travail reconnue • été engagés depuis moins d'un an et étaient deman-deur·euse·s d'emploi avant l'engagement	Tout profil	Tout profil	Tout profil
Travail-leur·euse·s **non salarié·e·s** de l'institution	Coût de 80 €/jour facturé à l'institution				
Deman-deur·euse d'emploi	Accessible au demandeur·euse d'emploi qui était salarié·e du secteur dans l'année qui précède le 1er jour de formation et durant au moins 6 mois auprès de l'employeur				

* Le Fonds a décidé de proposer ses actions uniquement à certaines catégories d'organisations qui ont été contactées personnellement. Contactez le Fonds 337 pour plus d'infos.

III. Procédure d'inscription

1. Comment s'inscrire ?

Vous souhaitez vous inscrire ou inscrire un de vos travailleur·euse·s à l'une de nos formations ? Rendez-vous alors sur notre site internet afin de vous inscrire vous ou votre travailleur·euse.

www.catalogueformaction.be

Nous vous invitons à vous inscrire en ligne sur notre plateforme Extranet www.training.afosoc-vesofo.org

- Vous êtes responsable des formations de votre institution et vous n'avez pas encore accès à notre plate-forme en ligne ? Vous trouverez sur la plateforme un formulaire de demande de login. Avec celui-ci, vous pourrez gérer toutes les inscriptions des travailleur·euse·s de votre institution et voir le statut de vos demandes.
- Vous êtes un·e travailleur·euse ? Inscrivez-vous en ligne en mentionnant l'e-mail du·de la responsable de formations de votre institution qui sera informé·e de votre demande.
  Vous ne souhaitez pas réaliser les inscriptions en ligne ? Vous pouvez encore vous inscrire à notre offre par e-mail. Le formulaire d'inscription est téléchargeable sur notre site internet.

Un tutoriel est à votre disposition https://bit.ly/3SWVtNK

Le nombre maximum de participant·e·s par institution dans une même formation est de 4.

2. Et ensuite ?

Quand une inscription arrive chez nous, que ce soit via l'Extranet ou via e-mail, la personne de contact et le·la participant·e reçoivent une réponse par e-mail.

Accusé de réception de l'inscription

Si votre demande est en ordre, le·la participant·e recevra un accusé de réception. La personne de contact peut visualiser l'état de l'inscription sur la plateforme Extranet. A partir du moment où vous êtes inscrit·e, nous vous demandons de respecter votre engagement, ceci afin de favoriser le bon déroulement des formations.

Confirmation

15 jours avant le début de la formation, le·la participant·e recevra un e-mail de confirmation ou d'annulation (si le nombre de participant·e·s est insuffisant).

Annulation d'inscription

Si vous annulez l'inscription après la confirmation définitive de la session, soit 15 jours avant son démarrage, envoyez-nous un justificatif d'absence (certificat médical, attestation de l'employeur).

IV. Formation organisable sur site

Tous les secteurs offrent également la possibilité aux institutions d'organiser sur site les formations munies de ce picto in situ. Pour ce faire, le groupe doit au minimum être composé de 6 travailleur·euse·s (8 pour le secteur MR/MRS). Le financement se fera directement entre le catalogue et l'opérateur ; aucun coût ne sera demandé à l'institution. Néanmoins, vous êtes tenu·e de remettre les données des participant·e·s et la liste des présences à l'équipe FormAction.
La formation ou l'accompagnement des travailleur·euse·s se déroule pendant les heures de travail ou est assimilé à du temps de travail.

Secteurs 4S - MAE - ASSS et ISAJH
Un montant forfaitaire de 800 € sera déduit du BMA de l'institution.

Intéressé·e ? Comment faire ?

1. Via la plateforme Extranet (www.training.afosoc-vesofo.org), sélectionner la formation que vous souhaitez organiser dans votre institution
2. L'équipe FormAction traite votre demande et vous confirme par mail dans un délai de deux semaines la possibilité d'organiser la formation sur site et vous met en contact avec le·la formateur·trice. Le choix de la date et de l'heure se fait de commun accord entre vous et le·la formateur·trice sélectionné·e.
4. Au plus tard deux semaines avant le début de la formation, vous encodez sur la plateforme la liste des participant·e·s
5. L'équipe FormAction transmet à l'opérateur la feuille de présence qui sera signée par les participant·e·s . L'opérateur transmet la facture directement à l'équipe FormAction qui se charge du paiement.

VI. Concertation sociale

Secteur des hôpitaux

Le Fonds des hôpitaux considère que la formation est une compétence qui doit faire l'objet d'une concertation avec les travailleur·euse·s dans l'institution. C'est pourquoi, lors de la 1ère inscription d'un·e travailleur·euse à FormAction, il demande que l'institution envoie l'extrait du procès-verbal de la réunion du conseil d'entreprise où l'offre a été présentée et discutée. Ce document est ensuite valable pour toute nouvelle inscription d'un·e travailleur·euse.

VII. Plus d'infos

Les questions sur la programmation ou l'inscription sont gérées par l'équipe administrative du catalogue.

Nous vous invitons à poser votre question de préférence par e-mail à formation@apef-febi.org ou par téléphone au 02 229 20 23.

Pour toute question sur le contenu de la formation ou l'accessibilité du lieu, veuillez contacter directement l'opérateur de formation.

Les coordonnées des opérateurs se trouvent en page 407 de la brochure.

1

SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL

L'hygiène de la cuisine à l'assiette

CIBLE

Personnel de cuisine, logistique, de salle et toutes personnes intervenantes dans la confection des assiettes et distribution des repas

OBJECTIFS

- Sensibiliser le personnel à l'importance du respect des règles d'hygiène lors de la préparation et la distribution des repas
- Sensibiliser le personnel à l'importance de l'identification des dangers tout au long du stockage
- Sensibiliser le personnel à l'importance de la préparation et de la distribution des repas
- Sensibiliser le personnel à l'importance d'une démarche visant une traçabilité des denrées alimentaires

CONTENU

- Historique des directives légales en matière d'hygiène et des normes HACCP
- Présentation des différents risques et contaminations biologiques, chimiques et physiques lors du stockage, de la confection et de la distribution des repas
- Présentation des bonnes pratiques d'hygiène dans une cuisine de collectivité (denrées alimentaires, matériel, environnement, personnel de cuisine, méthodes de travail, stockage, traçabilité, nettoyage et désinfection, circuits de travail)
- Méthode HACCP (principes et mise en œuvre, mesures préventives, limites et tolérances, méthode des 5M…). Traçabilité des denrées alimentaires entrant dans la composition des repas (étiquetage des denrées alimentaires et stockage des informations, plats témoins…)
- Notions utilisées dans un secteur de cuisine de collectivité (points critiques de contrôle, valeurs acceptables, limites, actions correctives)
- Réflexion sur les moyens possibles pour mettre en place un système d'auto-contrôle pratique, efficace et rapide dans une cuisine de collectivité.

MÉTHODE

Support théorique accompagné de conseils pratiques et d'une participation active du groupe. Visite des lieux de repas et cuisine.

FORMATRICE

Brigitte DEVOS

Bio ingénieure et conseillère en nutrition humaine. Brigitte enseigne auprès de futur·e·s aides-soignant·e·s/ infirmier·ère·s

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2076	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	17-04-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN001	Formations Repère	1

Règles d'hygiène en cuisine de collectivité (normes HACCP)

CIBLE

Personnel opérationnel de cuisine et/ou d'encadrement.

OBJECTIFS

- Définir et illustrer par des exemples concrets les règles élémentaires d'hygiène professionnelle relatives aussi bien aux locaux, installations et équipements, à la chaîne de production des aliments, à la chaîne de distribution des repas, à lui-même
- Identifier et caractériser les symptômes premiers et/ou les éléments prédominants de quelques types d'intoxication

CONTENU

Les thématiques suivantes seront abordées pendant cette formation :

- Les termes relatifs à l'hygiène
- Les dangers
- L'hygiène du personnel
- L'hygiène des locaux, installations et équipements
- Le système HACCP
- Méthode de contrôle
- Les allergies alimentaires

MÉTHODE

Lors de cette formation, nous partirons des expériences et pratiques de chacun.e. Nous découvrirons et travaillerons les thématiques à travers des méthodes interrogative et participative dans le but de formaliser les savoirs et favoriser leur appropriation par chacun·e et ce, à partir d'exercices divers et variés, de mises en situation, du vécu de tous ou encore de petits jeux (mimes, jeux de rôle, colin Maillard, etc.).

FORMATRICE

Danielle MAUHIN

Licence en nutrition, graduat en diététique, enseignement à différents niveaux (DI, DS, Sup), formatrice en chef d'entreprise et formation continue de diététique et alimentation depuis 1996, diététicienne. Formatrice CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2077	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	26-06-23 27-06-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN002	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Le nettoyage et les produits d'entretien

CIBLE

Personnel d'entretien

OBJECTIFS

- Connaître les facteurs qui interviennent dans le nettoyage
- Reconnaître un produit d'entretien : sa catégorie et la zone d'utilisation
- Comprendre les dangers que présentent les produits et savoir se protéger
- Savoir exploiter les renseignements disponibles sur une étiquette
- Savoir choisir des produits d'entretien suivant les types de sols

CONTENU

Module 1 : Sécurité au travail

- La loi du bien-être au travail
- Les trébuchements et glissades
- Le travail en hauteur
- Les équipements de protection
- Les consignes d'urgence

Module 2 : Les produits d'entretien

- Les facteurs de nettoyage
- Les catégories de salissures
- Les familles de produits
- Les pictogrammes et symboles de danger
- Les étiquettes et les fiches
- Le stockage et le dosage des produits
- Quelques recommandations

Module 3 : Le processus de nettoyage

- Les produits
- Le matériel et les équipements
- Le processus de nettoyage
- Les types de sols et leurs entretiens

MÉTHODE

- Approche interactive
- Illustrations multiples
- Présentation de quelques produits d'entretien
- Surfaces à nettoyer :présentation de quelques échantillons de recouvrements de sols

FORMATRICES

Stéphanie CAMBRON
Conseillère en prévention sécurité

Elisabeth HABIMANA
Conseillère en prévention sécurité

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2078	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	25-05-23	1	09:30 - 16:30

Formation de base de conseiller en prévention

CIBLE

Toute personne intéressée par l'amélioration des conditions de sécurité et de bien-être au travail dans son institution

OBJECTIFS

- Comprendre, appliquer et rechercher les bases légales en matière de bien-être des travailleurs en fonction des situations pratiques rencontrées
- Mobiliser les techniques nécessaires à l'exercice des activités du·de la conseiller·ère en prévention du service interne

CONTENU

- Connaissances de base nécessaires en matière de bien-être au travail et de gestion dynamique des risques
- Aspects pratiques des missions des futur·e·s conseiller·ère·s en prévention dans le contexte spécifique à l'entreprise : législation en matière de bien-être, accidents de travail, organisation des premiers secours et des soins d'urgence aux victimes, risques spécifiques et méthodes d'analyse de risques, travail avec firmes extérieures et notions de chantiers temporaires ou mobiles, risques psychosociaux, ergonomie, surveillance de santé, hygiène industrielle, incendie….

MÉTHODE

Films, présentations powerpoint, recherche législative
Site de l'ABBET et BOBET, exercices pratiques, portfolio

FORMATEUR·TRICE·S

Violaine THONNARD
Infirmière du travail
Michaël NAVEZ
Conseiller en prévention de niveau 1
Patrick DE HUISSIER
Officier zone de secours du Brabant Wallon
Olivier LECLERCQ
Conseiller en prévention de niveau 1
Martine VAN WAAS
Psychologue et personne de confiance
Julien DE FROY
Conseiller en prévention de niveau 2

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2001	CPFB	CPFB	place des sciences 1A 1348 Louvain-la-Neuve	13-04-23 27-04-23 25-05-23 01-06-23 15-06-23 29-06-23	6	09:00 - 16:45

Intervisions pour conseiller.ères en prévention

CIBLE

Conseiller·ère·s en prévention ou en devenir

OBJECTIFS

- Connaître le rôle de conseiller·ère en prévention
- Acquérir un regard critique sur les situations de travail dans une approche préventive
- Mieux connaître la loi sur le bien-être au travail dans ces différents aspects
- Partager et échanger à partir de sa pratique en institution

CONTENU

Lors de la première séance, les participant·e·s mettront en avant les thématiques sur lesquelles il·elle·s souhaitent travailler.
Les formateur·trice·s donneront également un aperçu général de la législation relative au bien-être au travail.
Ensuite, chaque séance sera organisée autour d'une thématique choisie en concertation.
Exemples de thématiques abordées :

- Rôle et limites de la fonction du/de la CP
- Obligations et responsabilités respectives de l'employeur.euse et du conseiller.ère en prévention
- Comment concilier la fonction de CP avec la fonction initiale
- Méthodes pour réaliser une analyse des risques et établir le plan de prévention
- Comment prendre en charge les questions d'ordre psychosocial
- Comment communiquer avec les travailleur·euse·s
- Etc.

MÉTHODE

Échanges, éclairages théoriques, jeux de rôle ou mise en situation

FORMATRICES

Elisabeth HABIMANA
Conseillère en prévention aspects psychosociaux

Coline ROULIN
Conseillère en prévention aspects psychosociaux

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Demi-jours	Horaire
F2003	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	24-04-23 22-05-23 19-06-23 18-09-23 16-10-23 20-11-23	6	13:30 - 16:30

Formation de base de conseiller.ère en prévention

CIBLE

Tous secteurs, toutes fonctions

OBJECTIFS

- Répondre aux dispositions légales et réglementaires
- Connaître la législation relative à la sécurité, la salubrité, l'hygiène, l'embellissement des lieux de travail
- Assurer méthodologiquement le suivi et l'étude des problèmes qui touchent à la sécurité en général
- Utiliser son réflexe « sécurité »

CONTENU

- La réglementation – RGPT, la médecine du travail
- Les ambiances de travail, le Code, l'Inspection du travail
- La coordination des acteurs en sécurité, la sécurité, la prévention
- Identification des risques, la rédaction des rapports et documents
- Relations collectives dans le travail
- Les produits dangereux – Gaz – Poussières
- La manutention et les postures de travail, les responsabilités en sécurité
- Action et organisation des premiers secours en toutes circonstances
- Secourisme et sécurité incendie

MÉTHODE

Nous travaillerons à partir de l'expérience de chacun·e et de situations vécues. Un va-et-vient entre la théorie et la pratique nous aidera à concrétiser les contenus. Les exposés partiront des représentations de chacun. Des travaux en sous-groupes suivis de synthèses collectives susciteront le partage, la réflexion et le débat. Des études de cas permettront à chacun·e d'intégrer la matière progressivement. Nous serons amené·e·s à nous questionner afin de renforcer l'appropriation des contenus.

FORMATEUR·TRICE·S

M. JOBE
Gradué en biologie clinique, formateur au Centre de Coopération Technique et Pédagogique (CECOTEPE asbl), licencié en santé publique, en prévention et protection au travail, en administration des affaires, conseiller en prévention. Coordinateur santé sécurité, chef du service interne de prévention et protection au travail, CHR de la Citadelle – Liège.

Christiane FRANCOIS
Conseillère en prévention dans un service externe de médecine du travail (SEPP), section gestion des risques. Formatrice au CECOTEPE asbl (incidents au travail, méthodes d'analyse, conditions de travail)

Marie CAMPISI
Psychopédagogue, pour la gestion des aspects liés à la communication et la transmission de l'information

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2002	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	13-11-23 14-11-23 15-11-23 16-11-23 17-11-23	5	09:00 - 16:00

L'essentiel de la loi Bien-Etre au travail

CIBLE

Toute personne qui s'intéresse à la loi sur le bien-être au travail et qui n'a pas suivi la formation de base : les directions, les coordinations, les conseiller·ère·s en prévention, la ligne hiérarchique, les ressources humaines…

OBJECTIFS

- Connaître les grands principes de la loi bien-être au travail
- Acquérir un regard critique sur les situations de travail dans une approche préventive
- Etre à l'aise avec la BOBET et le Guide du bien-être pour retrouver les informations necessaires

CONTENU

- Les aspects théoriques
- La loi bien-être au travail
  - La philosophie : le système dynamique de gestion des risques
  - Les 7 domaines de la loi
  - Les acteur·trice·s : employeur·euse, conseiller·ère en prévention, SIPP, SEPP CPPT,
  - Les obligations légales : analyse de risques, plan annuel et plan global d'action,
  - Focus sur les obligations en matière de risque incendie
  - Focus sur les risques psychosociaux
- Mise en discussion des expériences et questions des participant·e·s. Eclairage théorique.
- Présentation et mise en pratique de la Bobet
- « Jeu de loi » en équipe avec comme support la Bobet : mise en place de 2 ou 3 équipes de 4 personnes.
  Explication des règles. Durant le jeu, mise en discussion des expériences des participant·e·s. Éclairage théorique.

MÉTHODE

- Approche participative
- Utilisations d'outils de l'ABBET
  - La BOBET
  - Le jeu de loi
- Partage d'expériences entre participant·e·s

FORMATRICES

Coline ROULIN
Conseillère en prévention aspects psychosociaux

Elisabeth HABIMANA
Conseillère en prévention sécurité

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2000	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	13-03-23 20-03-23	2	09:30 - 16:30

Prévention des lombalgies et école du dos

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Savoir protéger son dos en appliquant de bonnes postures et gestuelles
- Aménager son quotidien pour préserver son dos

CONTENU

- Fonctionnement de la colonne vertébrale et risques possibles de blessures
- Evaluation de son bilan articulaire et sa souplesse
- Techniques de manutention de personnes et/ou de charges
- Analyse des situations professionnelles des candidats afin de leur faire adopter de bonnes postures

MÉTHODE

- Base théorique avec présentation powperoint
- Analyse des situations professionnelles des candidats
- Exercices et mises en situations pratiques

FORMATRICES

Jérôme THIRY
Kinésithérapeute, secouriste ambulancier

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN191	MD Safety	1

Initiation à la manutention d'adultes polyhandicapés et/ou de personnes âgées grabataires

CIBLE

Tout·e travailleur·euse du secteur des soins de santé et du handicap

OBJECTIFS

Apprendre ou réapprendre les gestes de manutention afin de faciliter le quotidien avec des personnes adultes polyhandicapées et/ou des personnes âgées grabataires

CONTENU

- Rappel de l'anatomie et plus particulièrement du squelette : notion théorique et partage d'un vocabulaire commun
- Démonstration et mise en pratique de techniques de base de la manutention
- Mises en pratique et démonstration des techniques de base et de techniques plus particulière. Tel que lever/coucher, déplacements, mise au lit, transferts

MÉTHODE

- Fiches techniques
- Mise en pratique avec du matériel adéquat
- Partage entre participant·e·s

FORMATRICE

Véronique DE CLERCK
Infirmière et enseignante

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2065	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	14-04-23 21-04-23	2	08:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN003	CPSE	2

Initiation à la manutention d'adultes polyhandicapés et/ou de personnes âgées grabataires

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

Faire acquérir au personnel les réflexes positionnels adéquats afin d'améliorer le confort des «patient·e·s » et de lui éviter fatigue et usure somatique (mal de dos, hernie discale et traumatisme à la colonne vertébrale)

CONTENU

- Approche théorique :
  - Rappel des grandes notions physiologiques
- Techniques de base :
  - Réalisation de différentes manipulations de la façon la plus confortable et la plus sûre pour le·a patient·e et pour lui·elle-même telles que le retournement dos – ventre, ventre – dos, le redressement dos – assis, assis – debout, l'abaissement assis – dos, debout – assis, le rehaussement couché, assis, le transfert vertical, le transport assis, le relever assis au sol, les situations particulières qui posent problème : ex : mise au bain
- Intégration et résolution de cas pratiques
- Vérifier l'intégration réelle des techniques enseignées et la correction des éventuelles mauvaises habitudes antérieures
- Solutionner des cas pratiques apportés par les participant·e·s.

MÉTHODE

Approche théorique et mises en application des gestes et attitudes adéquats dans différents contextes.

FORMATRICE

Carine DEMONTE
Bachelière en soins infirmiers – DAP

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2066	Institut Provincial de Formation sociale	IPFS	rue Henri Blès 188 - 190 5000 Namur	13-09-23 20-09-23	2	08:45 - 16:45

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN184	Institut Provincial de Formation sociale	2

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Module de suivi non-soignant

CIBLE

Tout le personnel non-soignant qui doit faire des tâches de manutention manuelle de charges : services de nettoyage, logistique, service technique, personnel de cuisine, buanderie, jardinage, entretien des bâtiments… ayant déjà suivi un module de base

OBJECTIFS

- Réviser la technique
- Adaptater la tâche spécifique de l'opérateur
- Savoir améliorer le poste de travail
- Exploiter les moyens de facilitation

CONTENU

- Courte répétition des principes de base pour lever et déplacer une charge
- Évaluer les situations de danger et rechercher des solutions
- Applications pratiques
- Visite et observation en milieu de travail suivies de conseils concrets

MÉTHODE

- Travail essentiel pratique sur le terrain et au poste de travail de l'opérateur·rice
- Réponses aux questions - recherche de solutions
- Evaluation

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN185	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Module de base personnel soignant

CIBLE

Personnel soignant (infirmier·ère·s, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, professionnel·le·s de la santé…) n'ayant jamais suivi de module de base en prévention des maux de dos

OBJECTIFS

- Connaître les risques de surcharge physique lors de l'exécution des tâches
- Comprendre les éléments de mobilité réduite et des capacités de la personne
- Intégrer les procédures-types et principes de déplacement
- Rechercher des solutions spécifiques pour l'institution
- Adapter l'environnement de travail et faciliter les tâches

CONTENU

- Activation, motivation et stimulation des personnes âgées
- Appliquer les principes de sécurité lors de l'exécution des transferts
- Pratique des déplacements (rehaussement dans le lit, aider à se mettre debout, utilisation de moyen d'aide…)
- Situations concrètes - Accompagnement en milieu de travail

MÉTHODE

- Approche théorique : présentation PPT
- Phase d'apprentissage cognitive
- Utilisation d'un tableau - dessins, notes – recapitulation
- Démonstration – Observation – Discussion de groupe
- Ateliers pratiques : exercices pratiques – en groupe, individuelle
- Projection d'images – analyse des cas – approche des différentes pathologies
- Évaluation en groupe - Conclusion

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN186	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Module de rafraîchissement personnel soignant

CIBLE

Personnel soignant

OBJECTIFS

- Appliquer les principes
- Faire des choix et pouvoir travailler avec différents moyens d'aide
- Comprendre les adaptations environnementales et faciliter les tâches
- Réfléchir sur l'amélioration du travail

CONTENU

Différents transferts sont répétés et pratiqués

MÉTHODE

- Approche théorique : présentation PPT
- Phase d'apprentissage cognitive
- Utilisation d'un tableau - dessins, notes – récapitulatif
- Démonstration – Observation – Discussion de groupe
- Ateliers pratiques : exercices pratiques – en groupe, individuel
- Projection d'images – analyse des cas – approche des différentes pathologies
- Évaluation en groupe - Conclusion

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN187	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Module de suivi soignant.e.s

CIBLE

Personnel soignant (infirmier·ère·s, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, professionnel·le·s de la santé…) qui ont déjà suivi une formation de base

OBJECTIFS

- Appliquer les principes dans des situations difficiles
- Faire des choix et pouvoir travailler avec différents moyens d'aide
- Comprendre les adaptations environnementales et faciliter les tâches
- Réfléchir sur l'amélioration du travail

CONTENU

- Différents déplacements sont répétés et pratiqués (rehaussement dans le lit, sortir du lit, travailler avec un lève-personne actif et passif, drap de glisse...)
- Des situations difficiles dans le domaine du travail sont discutées et pratiquées (par exemple : les personnes obèses, clients passifs…)
- Transferts avec les résident·e·s, conseils concrets

MÉTHODE

- Approche théorique : présentation PPT
- Utilisation d'un tableau - dessins, notes – récapitulation
- Démonstration – Observation – Discussion de groupe
- Ateliers pratiques : exercices pratiques – en groupe, individuel
- Project d'images – analyse des cas spécifiques dans le service
- Évaluation en groupe - Conclusion

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN188	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Module de base non-soignant

CIBLE

Personnel non-soignant des différents services hospitaliers et/ou maison de soins et de repos (personnel d'entretien, cuisine, buanderie, jardinier, transporteurs...)

OBJECTIFS

- Connaître les risques de surcharge physique lors de l'exécution des tâches non-soignantes
- Intégrer des procédures-types et principes de déplacement de charges
- Rechercher des solutions spécifiques pour tout type de travail
- Adapter l'environnement de travail et faciliter les tâches

CONTENU

- Anatomie de la colonne vertébrale et les membres supérieurs (la nuque, les épaules, les poignets)
- Causes et types de maux de dos
- Ergonomie : conseils utiles et principes de sécurité pour épargner votre dos, épaules…
- Pratique de postures et de mouvements corrects
- Applications pratiques – Manipulation des charges : soulever, porter, déposer, pousser, tirer des charges (seaux, boites, caisses, bacs, sacs, etc.)
- L'importance d'une bonne condition physique
- Visite et observation en milieu de travail suivies de conseils concrets

MÉTHODE

- Adaptée aux besoins des non-soignant·e·s (recueil des attentes - inventaire des cas)
- Facilitation des tâches
- Terminologie simple
- Formateur·rice, avec expérience sur le terrain
- Utilisation des moyens

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN189	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies et lésions de surcharge – Formation de référent.e.s

CIBLE

Personnel soignant, ayant suivi antérieurement un module de base en manutention et un suivi pratique. Elle fonctionnera comme personne référente dans le service, exécutante de la gestion de prévention en manutention.

OBJECTIFS

- Pouvoir fonctionner comme personne référente dans le service et être apte à solutionner la plupart des difficultés en ce qui concerne le déplacement et la manutention des résident·e·s
- Etre la plaque tournante de la gestion manutention dans le service
- Assister à la formation permanente du personnel soignant et technique
- Chercher des solutions adéquates dans le déplacement et pouvoir exécuter les protocoles de manutention
- Comprendre l'organisation et la gestion de prévention en matière de la manutention

CONTENU

- Tâches de la personne référente
- Révision des principes de base (niveaux d'assistance, communication avec les collègues et résident·e·s, mouvement naturel, principes de sécurité...)
- Exercices pratiques : approfondissement des procédures types et applications concrètes en fonction de la pathologie et de la capacité de collaboration du· de la résident·e, en fonction de circonstances de travail (dans la chambre, au lit, au fauteuil roulant, salle de bain, toilette, brancard, véhicules, moyen d'aide)
- Utilisation de moyens d'aide – Moyens disponibles – Indications pour l'utilisation
- Ergonomie dans les institutions de soin – étude et adaptation des postes de travail – choix et indications des moyens d'aide, mises à disposition
- Apprendre à observer et démontrer
- Conseils pour communiquer et motiver

MÉTHODE

- Approche théorique : présentation PPT
- Utilisation d'un tableau - dessins, notes – récapitulation
- Pédagogie de la démonstration – Observation – Discussion de groupe
- Jeu de rôle : gestion des difficultés dans un groupe - analyse
- Ateliers pratiques : exercices pratiques – en groupe, individuel
- Eléments de facilitation de l'enseignement et des tâches soignantes
- Évaluation en groupe - Conclusion

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN190	ERGOTEAM	

Prévention des lombalgies, manutention et école du dos

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement de la colonne vertébrale et prévenir les blessures
- Protéger son dos et appliquer les postures de protection
- Aménager son quotidien et son hygiène de vie pour préserver son dos
- Devenir référent·e manutention au sein de son équipe
- Retrouver le plaisir de bouger sans appréhension ni douleur

CONTENU

- Apport théorique sur le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Evaluation de son bilan articulaire et de sa souplesse
- Apprentissage et expérimentation des techniques de manutention de personnes et/ou de charges
- Application et analyse de situations professionnelles
- Apprentissage de la pédagogie de l'école du dos
- Approche relationnelle et motivationnelle destinée à son équipe, au·à la patient·e ou au résident·e

MÉTHODE

- Alternance de théorie et de pratique
- Utilisation de la caméra pour corriger les postures non-adéquates
- Visualisation de film vidéo et DVD sur l'ergonomie au travail
- Analyse de situations professionnelles
- Exercices d'assouplissement et d'étirement musculaire

FORMATEUR

Jean-Baptiste DELEUZE
Kinésithérapeute, formateur en manutention et en prévention des lombalgies auprès de l'ASBL PSDD

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2073	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	16-03-23 31-03-23	2	09:00 - 16:30

Protégeons notre dos dans l'exercice de notre métier

CIBLE

Tout public dont les métiers impliquent des contraintes mécaniques (en particulier les manutentions manuelles) ou des postures mais également un travail sédentaire

OBJECTIFS

- Analyser une situation concrète de travail
- Réaliser des techniques adaptées tant gestuelles qu'ergonomiques
- Maîtriser les savoirs théoriques et relatifs aux techniques envisagées
- Poser un regard critique et réflexif sur une situation de travail

CONTENU

Le module de protection du dos dans l'exercice du métier vise à intégrer les éléments de prévention de la lombalgie de façon précoce, c'est-à-dire dès l'apprentissage des techniques professionnelles.

Le module se compose d'une partie théorique visant à apprendre les éléments anatomiques et pathologiques ainsi qu'à définir les risques liés à la profession et la façon de les prévenir.

Une partie pratique permettra d'identifier les risques spécifiques, d'apprendre les techniques gestuelles de prévention au travail et d'apprendre à mener une intervention ergonomique sur le lieu de travail.

MÉTHODE

Au cours de cette formation, nous analyserons des schémas et utiliserons un matériel didactique adéquat (colonne vertébrale, disque, vidéos, fascicules). Un va-et-vient entre la théorie et la pratique sera utile pour que chacun·e puisse s'approprier les contenus. Tout au long de la formation, l'échange sera suscité. Des exercices sur tapis en salle de formation et sur les lieux d'apprentissage seront proposés et les pratiques de tou·te·s seront corrigées.

FORMATRICE

Marie DES TOUCHES

Ergothérapeute, maitre de Formation Pratique à la Haute Ecole de la Province de Liège, formatrice dans le domaine de la protection du dos (prévention-ergonomie-manutention) pour un public très varié. Formatrice pour le CECOTEPE asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2074	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	25-05-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN007	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	1

Sensibilisation à la manutention

CIBLE

Personnel de nettoyage

OBJECTIFS

- Connaître et bien identifier les zones sensibles de l'appareil musculosquelettique
- Bien comprendre les effets néfastes des mauvaises postures sur notre corps et surtout sur notre dos
- Intégrer les bonnes postures à adopter au travail
- Intégrer les principes de la manutention prudente dans son quotidien
- Des astuces pour se relaxer (sans frais) après le travail

CONTENU

Sensibilisation à la manutention

- Introduction - sécurité au travail
- Anatomie
- Pathologies
- Causes de TMS - Facteurs de risques - Facteurs aggravants
- Manutention - principes de la manutention prudente

MÉTHODE

- Exposé interactif
- Quiz
- Utilisation de photos de postures
- Illustrations animées
- Matériel didactiques : squelette humain, spécimen de vertèbres
- Exercices de manutention prudente
- Exercices de stretching

FORMATRICES

Elisabeth HABIMANA
Conseillère en prévention sécurité

Stéphanie CAMBRON
Conseillère en prévention sécurité

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2075	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	09-06-23	1	09:30 - 16:30

«Plaisir et souffrance au travail»... en quoi ça me concerne ? Introduction à la notion de «risque psychosocial»

CIBLE

Toute personne qui se sent concernée par la thématique des risques psychosociaux (travailleur·euse, acteur·trice de la prévention, coordination, direction)

OBJECTIFS

- Mieux comprendre la notion de risques psychosociaux : en quoi ça me concerne ?
- Appréhender le développement de la notion de «souffrance au travail»
- Identifier les ressources individuelles et collectives qui me soutiennent dans mon travail
- Mettre en place des actions concrètes pour prévenir «la souffrance au travail»
- Identifier ce qui me fragilise dans le travail

CONTENU

- Accueil et tour de table sur les attentes par rapport à la formation
- Exercice individuel et collectif autour de la notion de «travail»
- Introduction à la thématique
  - Introduction à la notion de « risque psychosocial »
  - Contexte et développement de la notion de « souffrance au travail »
  - Définition des principaux concepts
- Exercice en groupes : analyse de situations réelles de travail et identification des principales contraintes et ressources organisationnelles
- Présentation des modèles théoriques dominants d'analyse des RPS
- Comprendre et agir face aux risques psychosociaux
- Agir de manière préventive sur les facteurs organisationnels :
  - L'analyse des risques psychosociaaux et le rôle des acteur·trice·s de prévention
  - Démêler la « pelote de laine » : qui peut faire quoi et comment?
- Ne pas banaliser : quel accompagnement/soutien pour un·e travailleur·euse en souffrance ?

MÉTHODE

La formation est construite sur une démarche participative valorisant la co-construction des savoirs. Elle se fonde sur une alternance des éléments théoriques et pratiques. Des mises en situation et des analyses de situations concrètes serviront de base pour élaborer collectivement des moyens d'action et des pistes de prévention.

FORMATRICES

Rachel CARTON
Coordinatrice de l'ABBET et conseillère en prévention aspects psychosociaux

Coline ROULIN
Conseillère en prévention aspects psychosociaux

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2004	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	25-05-23	1	09:30 - 16:30

Formation de base pour personne de confiance

CIBLE

Toute personne ayant la volonté de faire de l'accueil de première ligne des travailleur·euse·s ayant des difficultés de types psychosociales au travail dans leur institution et possédant au minimum le CESS

OBJECTIFS

Acquérir les compétences et connaissances de base des personnes de confiance telles que décrites dans l'Art.I.3-58 du code du bien-être au travail

CONTENU

Comprendre et appliquer le prescrit du cadre légal relatif au rôle et au statut de la personne de confiance, comprendre et repérer risques psychosociaux au travail, intervenir à l'aide de techniques d'entretien spécifiques et gérer des situations problématiques avec une approche médiation.

- Cadre légal relatif au rôle de la personne de confiance
- Les risques psychosociaux au travail
- Intervention psychosociale : techniques d'entretien
- Intervention psychosociale : gestion des situations problématiques

MÉTHODE

- Jeux de rôles
- Films
- Power-Point
- Textes législatifs
- Rédaction de rapport

FORMATRICES

Anne-Catherine ZELIS
Juriste et psychothérapeute

Marianne LAURENCIS
Formatrice en gestion des conflits, gestion des groupes et dynamique motivationnelle, Maître assistante à HEGalilée

Bénédicte DE CALLATAY
Médiatrice sociale

Martine VAN WAAS
Psychologue et personne de confiance

Nathalie D'HAESE
Conseillère en prévention niveau 2

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2005	CPFB	CPFB	place des sciences 1A 1348 Louvain-la-Neuve	06-04-23 20-04-23 27-04-23 25-05-23 01-06-23	5	09:00 - 16:45

Initiation à la lutte interne contre l'incendie en milieu professionnel

CIBLE

Les membres du service interne de lutte contre l'incendie, dans le cadre de la formation de base ou du recyclage régulier

OBJECTIFS

- Identifier les missions du service interne de lutte contre l'incendie et y situer son rôle
- Réagir de façon appropriée à une alarme et de procéder à une évacuation des occupants en mettant en évidence sa capacité à analyser et à appliquer un plan d'évacuation
- Identifier et utiliser correctement les équipements de protection contre l'incendie

CONTENU

Gestion du service interne de lutte contre l'incendie

- Définir les missions du service interne de lutte contre l'incendie et le rôle des travailleur·euse·s qui le composent
- Participer à l'organisation des équipes d'intervention

Evacuation des occupant·e·s

- Face à des exercices pratiques relatifs à l'évacuation, identifier et reconnaître l'importance et les limites de son rôle
- Identifier les dangers liés aux incendies
- Identifier les différentes situations amenant à l'évacuation
- Enumérer et expliquer les différentes techniques d'évacuation et leur application en milieu professionnel
- Reconnaître et signaler des situations qui peuvent gêner l'évacuation des personnes
- Identifier les voies d'évacuation
- Réagir correctement en cas d'alarme
- Mener rapidement et efficacement une évacuation

Intervention en cas d'incendie

- Identifier et reconnaître l'importance et les limites de son rôle
- Caractériser la nature d'un feu et son mode de propagation
- Identifier les dangers liés à un incendie
- Caractériser les objectifs des procédures incendie

MÉTHODE

Nous avons du matériel pédagogique permettant de simuler plusieurs types d'incendie ainsi que du matériel permettant d'y faire face.

FORMATEUR

Cédric BOITEL

Travail dans le domaine de la sécurité incendie sur des sites classés SEVESO (France) - Chef de site en matière incendie - Sapeur-pompier volontaire (18 ans) en France

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2061	ITN Namur	ITN Namur	rue de la Pépinière 101 5002 Namur	09-03-23	1	08:00 - 17:25
F2062	ITN Namur	ITN Namur	rue de la Pépinière 101 5002 Namur	26-04-23	1	08:00 - 17:25
F2390	ITN Namur	ITN Namur	rue de la Pépinière 101 5002 Namur	19-04-23	1	08:00 - 17:25
F2391	ITN Namur	ITN Namur	rue de la Pépinière 101 5002 Namur	04-10-23	1	08:00 - 17:25
F2392	ITN Namur	ITN Namur	rue de la Pépinière 101 5002 Namur	11-10-23	1	08:00 - 17:25

Recyclage d'équipier.ère de première intervention (EPI)

CIBLE

Tous les secteurs d'activités. Toutes les fonctions peuvent être concernées par cette formation.

OBJECTIFS

- Décrire les fonctions et responsabilités de l'EPI
- Respecter les consignes générales et spécifiques en cas d'alerte
- Connaître le fonctionnement d'un feu et de ses dangers dans le but d'intervenir efficacement dans l'extinction d'un feu dans les limites de ses compétences
- Comprendre et utiliser les techniques de prévention
- Adopter le comportement adéquat lors de l'évacuation

CONTENU

- Les bases légales
- Le rôle et l'importance des EPI
- Le Plan Interne d'Urgence, y compris la signalétique et la connaissance des bâtiments (issue de secours, annonce, alerte, alarme) + les techniques d'évacuation
- La théorie du feu
- L'extinction
  - le type de matériel
  - les techniques d'utilisation et de localisation
- La prévention
  - Les pictogrammes de sauvetage et de premiers secours
  - Les mesures simples pour prévenir (à l'extérieur et à l'intérieur des bâtiments)
  - Les principes directeurs (éviter la naissance d'un incendie, limiter son développement et empêcher sa propagation)
  - Les mesures de protection passives (le compartimentage, les moyens facilitant l'évacuation, les mesures de protection, les moyens de lutte)

MÉTHODE

Cette formation théorique partira du vécu et de l'expérience des participant·e·s. Les comportements, démarches et problèmes vécus par chaque formé·e seront systématiquement analysés par l'ensemble du groupe. Une visite du lieu de formation permettra de compléter la synthèse réalisée auparavant avec l'ensemble des formé·e·s en matière de prévision et de prévention au niveau EPI.

FORMATEUR

David LACH

Pompier depuis 2001, formateur EPI, Adjudant-chef et responsable de la gestion du quotidien des pelotons et des Sous-Officiers de la Zone 2 SRI-IILE. Formateur au Centre de Coopération technique et Pédagogique (CECOTEPE asbl).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2063	Centre de Coopé-ration Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	05-06-23	1	09:00 - 16:00

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Intervenir sur toutes situations en toute sécurité
- Estimer rapidement et correctement les fonctions vitales d'une victime, ainsi que ses lésions
- Savoir appeler les services de secours (112) pertinemment
- Pratiquer les gestes de réanimation cardiopulmonaire (RCP) avec utilisation d'un DEA (Défibrillateur Externe Automatique)
- Réagir face à toutes maladies ou traumatismes en attendant les secours en pratiquant les gestes adéquats et les premiers soins

CONTENU

Conformément à la législation du SPF Emploi concernant la formation de "secouriste industriel", les thèmes suivants sont abordés :

- Rôle du·de la secouriste
- Rappel en matière d'anatomie
- Les premières minutes et bilans
- L'appel des secours (112)
- La manipulation d'une victime
- Les gestes de la RCP (réanimation cardio-pulmonaire) avec utilisation d'un DEA (défibrillateur externe automatique)
- Les troubles du système nerveux (syncope, diabète, AVC – Accident Vasculaire Cérébral, les intoxications…)
- Les détresses respiratoires
- Les malaises cardiaques
- Les plaies, hémorragies, bandages
- Les brûlures
- Les lésions traumatiques de l'appareil locomoteur
- Urgences particulières (accidents électriques, noyade, hypothermie/hyperthermie..)

MÉTHODE

Présentation PowerPoint
La formation alterne de la théorie et des mises en situations pratiques avec du matériel spécifique afin de mettre le candidat dans une situation réelle.
Le déroulement des exercices tiendra compte, au moment de la formation, des mesures sanitaires COVID.
Un syllabus papier sera fourni au·à la candidat·e.

FORMATRICE

Maxime DEMARET

Sapeur-pompier & Secouriste-Ambulancier 112 depuis 2014, Maxime est également formateur en secourisme.
Sa spécialité : les mises en situations pratiques très proches de la réalité du quotidien de ses candidat·e·s !

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2016	MD Safety	Centre Sportif de la Forêt de Soignes	chaussée de Wavre 2057 1060 Bruxelles	23-05-23 24-05-23 31-05-23	3	09:00 - 16:00
F2030	MD Safety	Centre Sportif de la Forêt de Soignes	chaussée de Wavre 2057 1060 Bruxelles	23-11-23 24-11-23 28-11-23	3	09:00 - 16:00

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Tous les secteurs d'activité sont concernés

OBJECTIFS

- Analyser une situation d'urgence
- Réaliser les premiers soins adéquats
- Réaliser une réanimation de base
- Utiliser efficacement un défibrillateur externe automatisé
- Intervenir sur une urgence avec efficacité et sang froid

CONTENU

18 heures de formation + 15 minutes d'évaluation pratique constituent ce module de secourisme.

Un Module global (18h)

- La réanimation cardio-pulmonaire
- La défibrillation externe automatisée
- Les hémorragies
- Les plaies, les brûlures
- Les entorses, les luxations, les fractures
- Les troubles cardiaques
- Les intoxications par inhalation, par contact
- Les manipulations d'une victime (transports, retournements…)
- Une Evaluation pratique (15 minutes)

MÉTHODE

Une formation INTERACTIVE basée sur des exercices pratiques (travail sur mannequin, mises en situation, ateliers réflexifs), où différentes situations d'urgence sont envisagées.
Les bases théoriques sont abordées comme soutien à la résolution des problèmes rencontrés.
Méthodologie par petits groupes pour évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions.

FORMATEUR·TRICE

Formateur·rice·s LFBS agréé·e·s par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale.
Titulaires d'un diplôme pédagogique FWB (AESI, AESS).

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN008	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	3

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2006	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	02-02-23 09-02-23 16-02-23	3	09:00 - 17:00
F2007	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	03-02-23 10-02-23 17-02-23	3	09:00 - 17:00
F2010	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	ASBL Les Marmots	rue Douffet 82 4020 Liège	13-03-23 20-03-23 27-03-23	3	09:00 - 17:00
F2011	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	04-04-23 11-04-23 18-04-23	3	09:00 - 17:00
F2013	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS La Ferme du Château	allée des Sports 12 6280 Loverval	06-04-23 13-04-23 20-04-23	3	09:00 - 17:00
F2017	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	24-05-23 31-05-23 07-06-23	3	09:00 - 17:00
F2019	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «Le Grand Large»	avenue du Lac 56 7640 Péronnes	05-06-23 13-06-23 19-06-23	3	09:00 - 17:00
F2020	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	ASBL Les Marmots	rue Douffet 82 4020 Liège	06-06-23 13-06-23 20-06-23	3	09:00 - 17:00
F2022	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «La Mo-sane»	allée du Stade 3 5100 Jambes	08-06-23 15-06-23 22-06-23	3	09:00 - 17:00
F2024	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	11-09-23 18-09-23 25-09-23	3	09:00 - 17:00
F2028	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «Le Grand Large»	avenue du Lac 56 7640 Péronnes	13-11-23 27-11-23 04-12-23	3	09:00 - 17:00
F2029	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	14-11-23 21-11-23 28-11-23	3	09:00 - 17:00

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Toute personne disposée à devenir secouriste et être formée dans le cadre de la législation sur les premiers soins dispensés à une personne victime d'un accident ou d'un malaise (titre 5 «Premiers secours» du livre Ier du code du bien-être au travail)

OBJECTIFS

- Oser réagir en toute situation en tant que premier maillon de la chaîne de secours
- Réagir face à une victime qui respire ou qui ne respire pas
- Pouvoir porter les premiers gestes en cas de malaise ou d'accident
- Savoir utiliser le matériel de secours mis à disposition par l'entreprise
- Appliquer les règles essentielles d'intervention

CONTENU

Vous souhaitez devenir secouriste pour porter secours sur votre lieu de travail ?
Cette formation de 3 jours répond aux exigences du Code du bien-être au travail en secourisme et aborde les thèmes suivants :

- Le cadre légal, le rôle du·de la secouriste en entreprise et les règles essentielles d'intervention dont l'appel des secours
- Le contrôle des fonctions vitales
- La réanimation cardiopulmonaire de l'adulte avec ou sans défibrillateur
- La position latérale de sécurité
- L'étouffement et la désobstruction
- Les hémorragies, plaies, amputations, brûlures, intoxications
- Les traumatismes de l'appareil locomoteur, crâniens et vertébraux, les techniques d'emballages et méthodes de soutien
- Les malaises (malaise cardiaque, AVC, convulsions, détresse respiratoire...)
- Le contenu de la trousse de secours

La durée de validité de la certification de secouriste est en lien avec le recyclage annuel de minimum 4 heures.

MÉTHODE

Participation active via des mises en situations, exercices pratiques, débriefings, partage d'expériences

FORMATEUR

Equipe de formateur·rice·s salarié·e·s de la Croix-Rouge de Belgique, spécialisé·e·s en premiers secours pour le milieu professionnel, agréé·e·s et reconnu·e·s par le SPF Emploi Travail et Concertation sociale.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN009	Croix-Rouge de Belgique	3

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2008	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	06-02-23 08-02-23 10-02-23	3	09:00 - 16:00
F2009	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue du fond du Maréchal 8 5000 Namur	13-02-23 15-02-23 17-02-23	3	09:00 - 16:00
F2012	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue du fond du Maréchal 8 5000 Namur	04-04-23 05-04-23 06-04-23	3	09:00 - 16:00
F2015	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	24-04-23 25-04-23 27-04-23	3	09:00 - 16:00

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Formation ouverte à tout public

OBJECTIFS

- Connaître les principes de base du secourisme
- Comprendre les règles d'intervention d'urgence et effectuer un appel complet aux services de secours
- Pratiquer une réanimation cardio-pulmonaire sur une victime
- Réaliser les premiers soins adéquats à une situation d'urgence reconnue

CONTENU

- Le rôle du·de la secouriste et ses devoirs (déontologie, position, relation avec la victime)
- Les règles d'intervention du·de la secouriste (le bilan d'une situation, la sécurité, l'appel complet aux secours…)
- L'hygiène du·de la secouriste
- Notions d'anatomie (la circulation, la respiration, le cerveau, l'appareil locomoteur, la peau), les hémorragies et plaies
- Les brûlures
- Les traumatismes de l'appareil locomoteur
- Les intoxications
- Les malaises
- Les techniques de positionnement d'une victime (retournement, PLS)
- Les méthodes d'évacuation (prise RAUTEK)
- La manoeuvre de désobstruction
- Le bilan primaire (l'approche d'une victime, la notion d'inconscience, la vérification des fonctions vitales)
- La réanimation avec et sans défibrillation (le massage cardiaque sur mannequin et l'utilisation du DEA)
- Synthèse de formation
- Révision
- Evaluation des acquis de manière théorique et pratique

MÉTHODE

- Dialogue formatif
- Démo-exécution des formateur·trice·s et participant·e·s
- Etude de cas, jeux de rôle
- Utilisation des supports audiovisuels (slide et vidéo)

FORMATEURS

Jérémy LAURENT
Formateur FormaServices en secourisme industriel agréé SPF Emploi et pompier ambulancier AMU (aide médicale urgente)

Maxime MARTIN
Formateur FormaServices en secourisme industriel agréé SPF Emploi et ambulancier SMUR

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2014	Formaservices	Formaservices	avenue de Maire 175 7500 Tournai	06-04-23 07-04-23 14-04-23	3	08:30 - 16:30
F2025	Formaservices	Formaservices	avenue de Maire 175 7500 Tournai	14-09-23 15-09-23 21-09-23	3	08:30 - 16:30

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Travailleur·euse désireux·euse de devenir le premier maillon efficace de la chaîne de secours et compter parmi les « secouristes d'entreprise » de son milieu professionnel

OBJECTIFS

- Reconnaître des états de santé qui menacent la vie des personnes
- Appliquer les principes de premier secours appropriés aux victimes d'accidents, y compris ceux inhérents à une activité spécifique du milieu professionnel, dans l'attente de l'intervention des services spécialisés

CONTENU

- Principes de base
- Définir les actions prioritaires lors d'une intervention
- Evaluer les risques et sécuriser les lieux de l'intervention
- Déplacer une victime adéquatement
- Alerter les secours (112) adéquatement
- Soutien des fonctions vitales
  - Evaluer les fonctions vitales
  - Prendre en charge :
    - > Une victime inconsciente qui respire
    - > Une victime inconsciente qui ne respire pas avec un défibrillateur
    - > Un adulte, un enfant et un bébé conscient victime d'une obstruction de voies respiratoires
- Premiers secours
  - Prendre en charge :
    - > Un malaise lié à des troubles de la conscience
    - > Un malaise lié à des troubles de la respiration
    - > Un malaise lié à des troubles de la circulation
    - > Une personne victime d'une plaie simple et compliquée
    - > Une personne victime d'une brûlure
    - > Une personne victime d'une plaie avec corps étranger
    - > Une personne victime d'un saignement important
    - > Une personne victime d'une lésion osseuse ou articulaire

MÉTHODE

- Présentations théoriques et apprentissage des règles de base
- Mises en situations
- Démonstrations puis apprentissage sur élèves ou mannequin
- Délimitation de la matière selon les retours d'expérience des participant·e·s

FORMATRICE

Marie LEFEBVRE
Infirmière spécialisée en Soins Intensifs et Aide Médicale Urgente

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2018	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	25-05-23 02-06-23 09-06-23	3	08:30 - 17:00
F2023	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	08-09-23 15-09-23 22-09-23	3	08:30 - 17:00

Formation en secourisme - urgences de l'adulte et de l'enfant

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Savoir reconnaître une urgence vitale et prodiguer les soins adéquats en attendant les secours spécialisés
- Reconnaître un arrêt respiratoire et pratiquer une réanimation cardio-pulmonaire avec DEA
- Savoir prodiguer les petits soins du quotidien
- Appeler les secours de façon complète et structurée
- Savoir réagir face aux principaux malaises

CONTENU

Formation complète en secourisme qui aborde les urgences de l'adulte et les principales urgences pédiatriques

MÉTHODE

Nous utilisons une pédagogie dite « active et dynamique ». Nous alternons sans cesse théorie et pratique. La pratique passe par l'enseignement de techniques et par l'organisation de mises en situation (simulations) avec ou sans grimage. Au fil de la formation, les simulations sont évolutives et progressives. Cela signifie que nous faisons évoluer l'état de la victime, impliquant la mise en application de plusieurs techniques acquises en formation. Progressives, elles sont de difficulté croissante. Nous appliquons une pédagogie dite « positive ». Contrairement à d'autres organismes qui organisent d'abord une simulation et partent des erreurs commises par les intervenants en vue d'aborder la matière, nous fonctionnons tout à fait dans le sens contraire. Notre objectif est que chacun se sente à l'aise en formation et se sente « tiré vers le haut », puisse acquérir confiance en soi.

FORMATRICE

Sandra SIMON

Ambulancière. Sandra est monitrice au sein de notre équipe depuis de nombreuses années et transmet sa passion avec coeur. Douce et gentille, elle prend toujours le temps de répondre aux questions. Sandra pratique les premiers soins sur terrain et elle partage ses expériences. Elle n'hésite jamais à réexpliquer.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2021	Save My Life	Save My Life	avenue des Métallurgistes 22 1490 Court-Saint-Etienne	08-06-23 15-06-23 22-06-23	3	09:00 - 17:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN010	Save My Life	3

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Administrer les premiers soins en cas de lésions, blessures et malaises
- Appliquer les bonnes dispositions d'intervention (appel 112)
- Soutenir les fonctions vitales
- Mise en position latérale de sécurité d'une victime inconsciente

CONTENU

- Comprendre le rôle du·de la secouriste et ses devoirs
- Règles d'hygiène de base
- Analyser correctement la situation et les circonstances
- Méthodes d'évacuation des victimes
- Administrer les premiers secours à une victime inconsciente
- La position latérale de sécurité (PLS)
- Administrer les premiers secours à une victime en proie à des suffocations (inclus une obstruction des voies respiratoires)
- Pratiquer la réanimation cardiovasculaire rapidement et efficacement
- Hémorragies
- Lésions à la peau
- Lésions et traumatisme
- Brûlures
- Malaises

MÉTHODE

- Pédagogie active mêlant théorie et exercices pratiques
- Réanimation sur mannequin et mise en situation pratique

FORMATEUR

Brice LATOUR

Pompier-Ambulancier professionnel depuis 25 ans. Brice a près de 20 ans d'expérience dans la formation aux premiers secours.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2026	CEFRET	CEFRET	boulevard Industriel 62 7700 Mouscron	14-09-23 21-09-23 28-09-23	3	08:30 - 16:00

Cours de base de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Personne en charge des premiers secours

OBJECTIFS

- Analyser la situation en regard des risques
- Mettre en œuvre les règles d'intervention en premier secours
- Réaliser une réanimation cardio-pulmonaire (défibrillateur)
- Expliquer son choix pour l'enregistrement des incidents et action

CONTENU

- Axe 1 : Principes de base du secourisme en milieu professionnel
  - rôle du secouriste
  - utilisation du matériel
  - règles d'intervention
  - notions d'hygiène et de sécurité
  - soins de confort et de sécurisation
  - procédures de dégagement et d'évacuation
- Axe.2 : Soutien des fonctions vitales
  - mise en œuvre des règles de secourisme
  - reconnaître le malaise présenté
  - réagir adéquatement face à la victime
  - utiliser un appareil de défibrillation (DEA)
- Axe 3 : Secourisme en milieu professionnel - contextes spécifiques
  - principaux signes d'une affection et secours adaptés
  - premier secours en situations spécifiques

MÉTHODE

- Méthode andragogique orientée sur les objectifs des apprenant·e·s, participation active/pratique, travaux en groupe
- Prise en compte des capacités préalables de chacun·e
- Réflexivité

FORMATRICE

Laurence DELESPAUX
Infirmière – formatrice premier secours agréée
Expérience : 8 ans hôpital + 6 années formatrice

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2027	EICS TAMINES Gembloux / CEL Promotion Sociale	EICS TAMINES Gembloux	rue du Collège 27 5060 Tamines	06-10-23 13-10-23 20-10-23	3	08:45 - 16:45

Initiation aux premiers secours

CIBLE

Tout public. Pas de prérequis nécessaires

OBJECTIFS

Mettre en œuvre les premiers secours afin de préserver les chances de survie d'une personne malade ou blessée ou de prévenir l'aggravation de la situation

CONTENU

- Identification des principales situations d'urgence (plaies, brûlures, hémorragies, AVC, douleur thoracique…)
- Application des règles essentielles d'intervention (se situer dans la chaine des secours, appel au 112…)
- Mise en pratique des gestes adéquats (mise en PLS, désobstruction, RCP, utilisation d'un DEA…)

MÉTHODE

- Présentation Power Point
- Syllabus (contenu théorique)
- Visionnage de vidéos
- Utilisation de matériels spécifiques (mannequins de réanimation, DEA, …)
- Partage d'expériences entre participants

FORMATRICE

Coralie MENGAL

Infirmière spécialisée en aide médicale urgente et en soins intensifs ayant une expérience probante en milieu hospitalier spécialisé, elle est aujourd'hui formatrice dans le secteur des soins aux personnes (aide-familial·e, aide-soignant·e, auxiliaire de l'enfance)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2032	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	02-02-23 09-02-23	2	08:30 - 17:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN011	EIC Andenne	2

Initiation aux premiers secours

CIBLE

Toute personne désireuse de devenir le premier maillon efficace de la chaîne de secours et compter parmi les « secouristes d'entreprise » de son milieu professionnel

OBJECTIFS

- Reconnaître des états de santé qui menacent la vie des personnes
- Appliquer les principes de premiers secours appropriés aux victimes d'accidents dans l'attente de l'intervention des services spécialisés

CONTENU

- Principes de base
- Définir les actions prioritaires lors d'une intervention
- Evaluer les risques et sécuriser les lieux de l'intervention
- Déplacer une victime adéquatement
- Alerter les secours (112) adéquatement
- Soutien des fonctions vitales
- Evaluer les fonctions vitales
- Prendre en charge :
  - > Une victime inconsciente qui respire
  - > Une victime inconsciente qui ne respire pas avec un défibrillateur
  - > Un adulte, un enfant et un bébé conscient victime d'une obstruction de voies respiratoires

MÉTHODE

- Présentations théoriques et apprentissage des règles de base
- Mises en situations
- Démonstrations puis apprentissage sur élèves ou mannequin
- Délimitation de la matière selon les retours d'expérience des participant·e·s

FORMATRICE

Marie LEFEBVRE

Infirmière spécialisée en Soins Intensifs et Aide Médicale Urgente. Expérience de presque 20 ans dans un service de Soins Intensifs puis d'urgences au CHR de la Citadelle, disposant du Trauma Center. Détentrice d'un CAP et enseignante depuis 2012 dans différentes sections infirmier·ère hospitali·er·ère, bachelier·ère, et aides-soignant·e·s, dans l'enseignement professionnel, secondaire, supérieur et promotion sociale, en charge notamment des cours de Premiers Soins.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2033	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	03-02-23 10-02-23	2	08:30 - 17:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN012	CPSE	2

Formation de premiers secours - Osez sauver !

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Analyser une situation d'urgence
- Appeller les secours
- Réaliser une réanimation de base adulte
- Appliquer les premiers soins récurrents à votre établissement
- Agir avec sang froid

CONTENU

6 heures de formation réparties comme suit :

- 1h de Réanimation de base avec DEA: entraînement au massage cardiaque externe et aux insufflations via du travail sur mannequin adulte
- 5h de Premiers Soins : sur base de mises en situation, nous parcourons les accidents les plus courants dans votre établissement
- Séance de questions-réponses et temps de partage (cas survenus pendant l'année écoulée)

MÉTHODE

Une formation interactive basée sur des exercices pratiques (travail sur mannequin, mises en situation, ateliers réflexifs), où différentes situations d'urgence sont envisagées.
Les bases théoriques sont abordées comme soutien à la résolution des problèmes rencontrés.
Méthodologie par petits groupes pour évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions.

FORMATEUR·TRICE·S

Formateur·rice·s LFBS agréé·e·s par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale.
Titulaires d'un diplôme pédagogique FWB (AESI, AESS).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2034	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	23-05-23	1	09:00 - 16:00
F2037	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	12-09-23	1	09:00 - 16:00

Initiation aux premiers secours

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Réaliser un bilan global de la situation
- Prendre les mesures de sécurité adéquates
- Alerter, appeler les secours
- Réaliser une réanimation cardio pulmonaire avec DEA
- Prodiguer les premiers soins en cas de brûlure, d'hémorragie, d'intoxication, d'AVC, d'étouffement, de fracture

CONTENU

Au départ de situations fictives d'accident et/ou de malaise d'une victime, dans un contexte de premiers secours :

- aborder les premiers secours dans leurs dimensions humaine, citoyenne et humanitaire et les valeurs y afférentes
- adopter des attitudes qui visent le respect d'autrui
- situer sa place dans la chaîne des secours
- appliquer les règles essentielles d'intervention : aborder la situation avec calme, sécuriser l'environnement et la victime afin d'éviter le suraccident, déplacer la victime en cas d'urgence, réaliser un bilan global en ce compris celui des fonctions vitales, identifier les situations à risque qui nécessitent l'alerte adéquate des services de secours, contacter le service de secours compétent
- effectuer les premiers gestes : de désobstruction, de placement d'une victime en position latérale de sécurité (PLS), d'une réanimation cardio-pulmonaire (RCP) y compris en utilisant un défibrillateur externe automatique (DEA), des premiers soins des plaies, de brûlures et d'hémorragies abondantes, d'immobilisation en présence d'un traumatisme musculo-squelettique, face à une douleur thoracique ou un AVC, face à une intoxication.

MÉTHODE

- Méthodes active, expositive et démonstrative
- Mise à disposition d'un syllabus
- Mises en situation
- Utilisation de matériels spécifiques (mannequin de réanimation, DEA…)

FORMATRICE

Yamina LAHROUR
Infirmière A1 – Brevet de secouriste de la Croix Rouge
Expérience dans un centre pour personnes handicapées, dans un service d'urgence ainsi qu'en maison de repos et de soin.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2035	EAFC de Frameries	EAFC de Frameries	rue du Onze Novembre 2 7080 Frameries	30-08-23 31-08-23	2	08:30 - 16:30

Initiation aux premiers secours

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Adopter des attitudes adéquates vis-à-vis d'autrui dans une situation d'urgence
- Adopter des mesures de sécurité adéquates dans une situation problème
- Réaliser un bilan global de la situation
- Appeler le centre de secours de manière adéquate
- Mettre en œuvre des actions adéquates de premiers secours

CONTENU

- Aborder les premiers secours dans leurs dimensions humaine, citoyenne et humanitaire et les valeurs y afférentes
- Adopter des attitudes qui visent le respect d'autrui
- Situer sa place dans la chaîne des secours
- Appliquer les règles essentielles d'intervention
- Aborder la situation avec calme
- Sécuriser l'environnement et la victime afin d'éviter le suraccident
- Déplacer la victime en cas d'urgence
- Réaliser un bilan global en ce compris celui des fonctions vitales
- Identifier les situations à risque qui nécessitent l'alerte adéquate des services de secours
- Contacter le service de secours compétent
- Effectuer les premiers gestes : de placement d'une victime en position latérale de sécurité (PLS), de désobstruction ; d'une réanimation cardio-pulmonaire (RCP) y compris en utilisant un défibrillateur externe automatique (DEA) ; des premiers soins des plaies, de brûlures et d'hémorragies abondantes, d'immobilisation en présence d'un traumatisme musculosquelettique ; face à une douleur thoracique ou un AVC ; face à une intoxication.

MÉTHODE

Les problématiques seront toutes abordées à partir de mises en situation - problème

FORMATRICE

Sophie GOUVERNEUR
Infirmière graduée sociale - enseignante en promotion sociale – BEPS- CAP

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2036	EAFC Thuin-Erquelinnes	EAFC Thuin-Erquelinnes	Grand rue 52 6530 Thuin	07-09-23 08-09-23	2	08:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN013	EAFC Thuin-Erquelinnes	2

Initiation aux premiers secours

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Prendre conscience des dimensions humaine, citoyenne et humanitaire des premiers secours et les valeurs y afférentes
- Identifier sa place de premier acteur dans la chaîne de secours

CONTENU

Au départ de situations fictives d'accident et/ou de malaise d'une victime, dans un contexte de premiers secours

- Aborder les premiers secours dans leurs dimensions humaine, citoyenne et humanitaire et les valeurs y afférentes
- Adopter des attitudes qui visent le respect d'autrui
- Situer sa place dans la chaîne des secours
- Appliquer les règles essentielles d'intervention : aborder la situation avec calme, sécuriser l'environnement et la victime afin d'éviter le suraccident, déplacer la victime en cas d'urgence, réaliser un bilan global en ce compris celui des fonctions vitales, identifier les situations à risque qui nécessitent l'alerte adéquate des services de secours, contacter le service de secours compétent
- Effectuer les premiers gestes : désobstruction, placement d'une victime en position latérale de sécurité (PLS), réanimation cardio-pulmonaire (RCP) y compris en utilisant un défibrillateur externe automatique (DEA), premiers soins des plaies, de brûlures et d'hémorragies abondantes, immobilisation en présence d'un traumatisme musculo-squelettique face à une douleur thoracique ou un AVC ou face à une intoxication

MÉTHODE

Approche théorique et mises en application des gestes et attitudes adéquats dans différents contextes du premier secours.

FORMATRICE

Débora RENSON
Brevet Infirmière hospitalière – CAP - BEPS

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2038	Institut Provincial de Formation sociale	Institut Provincial de Formation sociale	rue Henri Blès 188 - 190 5000 Namur	15-09-23 22-09-23	2	08:45 - 16:45

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN014	Institut Provincial de Formation sociale	2

Formation aux premiers secours aux enfants sans pratique de la réanimation en 1 jour

CIBLE

Toute personne amenée à encadrer un groupe d'enfants ou qui est en présence d'enfants dans le cadre de sa fonction ou sur son lieu de travail.

OBJECTIFS

- Appliquer les règles essentielles d'intervention (sécurité, bilan, appel 112 et premiers soins)
- Oser réagir face à un·e enfant présentant un malaise ou un traumatisme
- Poser les gestes de premiers soins face à un incident de la vie quotidienne avec un·e enfant
- Savoir utiliser le matériel de secours mis à disposition par l'entreprise

CONTENU

Cette formation vous permettra d'acquérir les notions de base en premiers secours afin de pouvoir intervenir face aux situations de malaise ou d'accident les plus courantes chez les enfants. Les thématiques suivantes sont abordées :

- Les règles essentielles d'intervention dont l'appel des secours professionnels
- Les rôles et comportements du·de la secouriste face à un·e enfant
- La désobstruction des voies respiratoires d'un·e enfant
- La position latérale de sécurité
- L'hémorragie
- Les détresses respiratoires
- L'hyperthermie
- La crise convulsive
- L'épilepsie
- Les malaises : maux de tête ou de ventre, saignement de nez, vertiges
- Les traumatismes de l'appareil locomoteur
- Les brûlures, plaies
- Les morsures et piqûres d'animaux et d'insectes
- L'intoxication
- L'électrisation
- Le contenu de la trousse de secours

MÉTHODE

Participation active via des mises en situations, exercices pratiques, débriefings, partage d'expériences.

FORMATEUR·TRICE·S

Equipe de formateur·rice·s salarié·e·s de la Croix-Rouge de Belgique, spécialisé·e·s en premiers secours pour le milieu professionnel, agréé·e·s et reconnu·e·s par le SPF Emploi Travail et Concertation sociale

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2040	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	23-05-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN015	Croix-Rouge de Belgique	1

Sensibilisation aux premiers soins auprès des enfants

CIBLE

Les secteurs d'activité en contact régulier avec les enfants et bébés

OBJECTIFS

- Analyser une situation d'urgence
- Appeler les secours
- Réaliser une réanimation de base pédiatrique
- Appliquer les premiers soins les plus courants dans votre établissement
- Agir avec efficacité et sang froid

CONTENU

6 heures de formation réparties comme suit :

- 1h de réanimation de base pédiatrique : entraînement au massage cardiaque externe et aux insufflations via du travail sur mannequin enfant et bébé
- 5h de premiers soins : sur base de mises en situation, nous parcourons les accidents les plus courants dans votre établissement.
- Séance de questions-réponses et temps de partage (cas survenus pendant l'année écoulée).

MÉTHODE

Une formation interactive basée sur des exercices pratiques (travail sur mannequin, mises en situation, ateliers réflexifs), où différentes situations d'urgence sont envisagées.
Les bases théoriques sont abordées comme soutien à la résolution des problèmes rencontrés.
Méthodologie par petits groupes pour évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions.

FORMATEUR·TRICE·S

Formateur.rice.s LFBS agréé·e·s par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale.
Titulaires d'un diplôme pédagogique FWB (AESI, AESS).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2041	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	26-09-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN016	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	1

Sensibilisation aux premiers soins pédiatriques

CIBLE

Les secteurs d'activité en contact réguliers avec les bébés et enfants

OBJECTIFS

- Savoir intervenir en toute sécurité face à une situation
- Savoir établir un bilan d'une victime et de ses lésions, de manière très générale
- Savoir appeler le 112 pertinemment
- Savoir réaliser les gestes de RCP (Réanimation Cardio-Pulmonaire) et de désobstruction pédiatrique
- Savoir faire face aux pathologies les plus courantes dans les premières minutes

CONTENU

- L'approche d'un enfant et établir un bilan de ses fonctions vitales
- L'appel des secours (112)
- Le protocole de RCP (réanimation cardio-pulmonaire) pédiatrique
- La désobstruction pédiatrique
- Mises en situations médicales et traumatiques (nous privilégierons les plus fréquemment rencontrés, mais ce point peut-être ajusté en fonction des situations le plus rencontrés par les candidat·e·s)

MÉTHODE

Présentation PowerPoint
Formation théorique et pratique, avec utilisation d'outils pédagogiques spécifiques à la formation (mannequin, DEA, gilet pour les technique de désobstruction..)
Un syllabus papier sera fourni aux candidat·e·s.

FORMATRICE

Caroline JANSSEN
Etant diplômée de formation en tant qu'infirmière avec une spécialisation en soins intensifs et aide médicale urgente, Caroline s'est formée tout au long de sa carrière afin de spécialiser en soins pédiatriques. Elle a notamment travaillé durant plusieurs années, en tant qu'infirmière aux soins intensifs pédiatriques à la Clinique Universitaire St-Luc de Bruxelles. Elle est également formatrice depuis plusieurs années en secourisme ainsi qu'auprès des Secouristes-Ambulanciers 112.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2042	MD Safety	Centre Sportif de la Forêt de Soignes	chsée de Wavre 2057 1160 Bruxelles	20-11-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN017	MD Safety	1

Réanimation Cardio-Pulmonaire avec l'utilisation du Défibrillateur Externe Automatisée

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Savoir estimer rapidement et correctement les fonctions vitales d'une victime, ainsi que ses lésions
- Savoir appeler les services de secours (112) pertinemment
- Savoir pratiquer les gestes de Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP) avec utilisation d'un DEA (Défibrillateur Externe Automatique)
- Savoir placer une victime en PLS (Position Latérale de Sécurité)
- Savoir appliquer les gestes de désobstruction

CONTENU

- L'approche d'une victime et établir un bilan de ses fonctions vitales
- L'appel des secours (112)
- Le protocole de RCP (réanimation cardio-pulmonaire) à 1 et 2 secouriste(s)
- Utilisation d'un DEA (Défibrillateur Externe Automatisé)
- La PLS (Position Latérale de Sécurité)
- La désobstruction
- Démonstration des techniques pédiatriques de réanimation et désobstruction

MÉTHODE

Présentation powerpoint
Formation théorique et pratique, avec utilisation d'outils pédagogiques spécifiques à la formation (mannequin, DEA, gilet pour les techniques de désobstruction)
Un fiche récapitulative de la RCP sera fournie aux candidat·e·s

FORMATEUR

Maxime DEMARET

Sapeur-pompier & secouriste-ambulancier 112 depuis 2014, Maxime est également formateur en secourisme depuis 2018. Sa spécialité : les mises en situations pratiques très proches de la réalité du quotidien de ses candidats !

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2043	MD Safety	Buro du Centre	chsée du pont du sart 232 7110 Houdeng-aimeries	08-11-23	0,5	08:30 - 12:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN018	MD Safety	0,5

Rattrapage du recyclage de secouriste en milieu professionnel

CIBLE

Toute personne étant identifiée comme «secouriste en milieu professionnel» n'ayant pas pu suivre son recyclage annuel l'année précédente.

OBJECTIFS

- Oser réagir en toute situation en tant que premier maillon de la chaîne de secours
- Perfectionner ses gestes et techniques de secourisme
- Gérer des situations d'accidents ou de malaises en lien avec sa réalité de travail
- Informer sur les nouvelles normes en vigueur

CONTENU

Vous n'avez pas pu suivre votre recyclage en 2022 ?
Suivez votre rattrapage de recyclage en plus de votre recyclage annuel en 2023 pour garder votre certification de secouriste en ordre. En suivant ces deux formations (rattrapage et recyclage), vous maintenez vos connaissances et acquis en premiers secours.
Si vous avez manqué plus d'un recyclage annuel, vous n'êtes alors plus considéré·e comme secouriste en milieu professionnel. Pour récupérer votre certification, suivez alors de nouveau une formation de base de secouriste en milieu professionnel.

Le contenu du rattrapage de recyclage porte sur une révision de la formation de base de secouriste afin que vous vous sentiez prêt·e à agir.
Les thématiques suivantes sont systématiquement abordées :

- Échange sur vos actions en tant que secouriste
- Les règles essentielles d'intervention dont l'appel des secours professionnels
- Le contrôle des fonctions vitales
- La PLS
- La réanimation cardiopulmonaire de l'adulte avec ou sans défibrillateur
- La désobstruction des voies respiratoires
- Les nouvelles normes (si mise à jour éventuelle)
- Mises en situation et exercices pratiques

Une thématique (changement chaque année) sera ensuite approfondie.

MÉTHODE

Participation active avec de nombreuses mises en situations et exercices pratiques, débriefings, partage d'expériences.

FORMATEUR·TRICE·S

Equipe de formateur·rice·s salarié·e·s de la Croix-Rouge de Belgique, spécialisé·e·s en premiers secours pour le milieu professionnel, agréé·e·s et reconnu·e·s par le SPF Emploi Travail et Concertation sociale

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2044	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	02-02-23	0,5	09:00 - 13:00
F2070	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue du fond du Maréchal 8 5020 Namur	03-02-23	0,5	09:00 - 13:00

Recyclage de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Toute personne disposant du certificat de secouriste en milieu professionnel en cours de validité

OBJECTIFS

- Analyser une situation d'urgence
- Réaliser une réanimation de base selon les dernières normes
- Utiliser une défibrillateur externe automatisée
- Appliquer correctement les premiers soins adéquats
- Agir avec efficacité et sang froid

CONTENU

Ce recyclage est constitué de :

- 1h de réanimation de base et de défibrillation externe automatisée
- 3h de mises en situation de premiers soins (thèmes prédéfinis et qui diffèrent chaque année)

MÉTHODE

- Une formation interactive basée sur des exercices pratiques (travail sur mannequin, mises en situation, ateliers réflexifs), où différentes situations d'urgence sont envisagées.
- Les bases théoriques sont abordées comme soutien à la résolution des problèmes rencontrés.
- Méthodologie par petits groupes pour évoluer au rythme de chacun, tout en restant à l'écoute de vos questions

FORMATEUR·TRICE·S

Formateur.rice.s LFBS agréé.e.s par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale.
Titulaires d'un diplôme pédagogique FWB (AESI, AESS).

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN019	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	0,5

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2045	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	13-02-23	0,5	09:00 - 13:00
F2048	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	16-03-23	0,5	09:00 - 13:00
F2049	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	ASBL Les Marmots	rue Douffet 82 4020 Liège	28-03-23	0,5	09:00 - 13:00
F2052	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS La Ferme du Château	allée des Sports 12 6280 Loverval	21-04-23	0,5	09:00 - 13:00
F2053	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	22-05-23	0,5	09:00 - 13:00
F2054	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «Le Grand Large»	avenue du Lac 56 7640 Péronnes	20-06-23	0,5	09:00 - 13:00
F2055	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	ASBL Les Marmots	rue Douffet 82 4020 Liège	21-06-23	0,5	09:00 - 13:00
F2056	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «La Mo-sane»	allée du Stade 3 5100 Jambes	23-06-23	0,5	09:00 - 13:00
F2057	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	03-07-23	0,5	09:00 - 13:00
F2058	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Complexe Sportif de Blocry	place des Sports 1 1348 Louvain-la-Neuve	03-10-23	0,5	09:00 - 13:00
F2059	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Erasmushogeschool Brussel - Campus Kanal (Dansaert)	rue de la Serrure 28 1000 Bruxelles	29-11-23	0,5	09:00 - 13:00
F2060	Ligue Francophone Belge de Sauvetage asbl	Centre Sportif ADEPS «Le Grand Large»	avenue du Lac 56 7640 Péronnes	05-12-23	0,5	09:00 - 13:00

Recyclage de secourisme en milieu professionnel

CIBLE

Tout·e détenteur·trice d'un certificat de secouriste en milieu professionnel toujours en cours de validité

OBJECTIFS

- Oser réagir en toute situation en tant que premier maillon de la chaîne de secours
- Perfectionner ses gestes et techniques de secourisme
- Gérer des situations plus complexes d'accidents ou de malaises en lien avec sa réalité de travail
- Informer sur les nouvelles normes en vigueur

CONTENU

Le contenu du recyclage porte sur une révision de la formation de base de secouriste afin que vous vous sentiez prêt·e à agir. En suivant cette formation, vous maintenez vos connaissances et acquis en premiers secours et restez en ordre de certification.
Les thématiques suivantes sont systématiquement abordées :

- Échange sur vos actions en tant que secouriste
- Les règles essentielles d'intervention dont l'appel des secours professionnels
- Le contrôle des fonctions vitales
- La PLS
- La réanimation cardiopulmonaire de l'adulte avec ou sans défibrillateur
- La désobstruction des voies respiratoires
- Les nouvelles normes (si mise à jour éventuelle)
- Mises en situation et exercices pratiques
- Une thématique (changement chaque année) sera ensuite approfondie.

MÉTHODE

Participation active avec de nombreuses mises en situations et exercices pratiques, débriefings, partage d'expériences.

FORMATEUR·TRICE·S

Equipe de formateur·rice·s salarié·e·s de la Croix-Rouge de Belgique, spécialisé·e·s en premiers secours pour le milieu professionnel, agréé·e·s et reconnu·e·s par le SPF Emploi Travail et Concertation sociale

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2046	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	16-02-23	0,5	09:00 - 13:00
F2047	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue du fond du Maréchal 8 5000 Namur	14-03-23	0,5	09:00 - 13:00
F2050	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue de Stalle 96 1180 Bruxelles	07-04-23	0,5	09:00 - 13:00
F2051	Croix-Rouge de Belgique	Croix-Rouge de Belgique	rue du fond du Maréchal 8 5000 Namur	14-04-23	0,5	09:00 - 13:00

Conducteur Chariot élévateur

CIBLE

Cette formation s'adresse aux personnes conduisant un chariot de manutention automoteur et dans toutes les conditions. La formation dure 1 journée (conducteur·rice·s expérimenté·ée·s) ou 3 jours pour un·e conducteur·rice débutant·e.

OBJECTIFS

- S'approprier et étudier les connaissances professionnelles nécessaires pour exécuter des tâches (conduire, charger, transporter, décharger, empiler…)
- Prendre soin de la sécurité humaine et matérielle—prévention des accidents
- Maintenir correctement le matériel pour éviter les dommages
- Utiliser économiquement les moyens de travail, réduction des coûts d'entretien
- Respecter les règles et les consignes de sécurité

CONTENU

Théorie

- Le chariot de manutention automoteur : structure et fonctionnement
- Législation (contenu limité)
- Entretien quotidien
- Habileté technique
- Stabilité de l'engin et de la charge
- Aspects de sécurité

Pratique

- Chariot élévateur (3 ou 4 roues, thermique ou électrique)
- Contrôle préventif – Point pivot – gerbage
- Exercices de circulation (sans et avec charge)
- Chargement et déchargement de diverses charges
- Gérer les obstacles
- Reconnaître les risques

MÉTHODE

- Introduction aux risques afin de connaître et de prendre les mesures de sécurité nécessaires
- Approche essentiellement pratique, basée sur des exercices de conduite sans et avec charges, dans les différentes localisations, et exécution des tâches d'empilage et de stockage des matériaux

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN020 (niveau expert)	ERGOTEAM	1
IN182 (niveau débutant)	ERGOTEAM	3

Prévention et analyse des incidents et accidents au travail

CIBLE

Conseiller·ère·s en prévention (niveau de base, niveau 2), secouristes, coordinateur·trice·s et responsables d'équipes

OBJECTIFS

- Eclaircir toutes notions concernant la sécurité physique au travail
- Eclaircir les obligations légales des acteur·trice·s du bien-être au travail en termes de sécurité physique
- Savoir identifier les dangers physiques et les prévenir
- Etre à même d'analyser et d'enregistrer un accident ou incident survenu
- Soutenir les participant·e·s au lancement d'un système dynamique de gestion des risques, etc.

CONTENU

Il y a de nombreuses obligations en matière de bien-être au travail et je ne m'y retrouve pas tellement, que faire… ?
Le domaine de la sécurité physique des personnes est le domaine du bien-être idéal pour se lancer, car celui-ci fait principalement appel au bon sens et à l'observation des lieux de travail et de ce qui s'y passe.

- les notions de base concernant la sécurité physique au travail (danger, risque, incident, accident...)
- les acteur·rice·s dans leur organisation qui ont un rôle à jouer dans la prévention des accidents
- les obligations légales et procédures en cas d'incident ou accident
- mettre en place des mesures préventives des risques physiques dans son organisation
- évaluer un risque et formuler les pistes d'amélioration pour éliminer ou diminuer ce risque

MÉTHODE

- Reconstitution et mise en commun des notions de base (législation...) via des exercices collectifs
- Mise en pratique via exercice en binôme
- Explication et illustration de certaines notions via images et courtes vidéos (powerpoint)

FORMATRICES

Stéphanie CAMBRON
Conseillère en prévention Sécurité

Elisabeth HABIMANA
Conseillère en prévention Sécurité

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2080	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	28-09-23	1	09:30 - 16:30

2

RELATIONS INTERNES AUX ÉQUIPES DE TRAVAIL

L'assertivité comme outil de travail

CIBLE

Tout public et tout secteur d'activités, l'assertivité étant un comportement pouvant être employé dans des situations multiples

OBJECTIFS

- Favoriser une communication efficace en s'entraînant à différents outils et techniques de communication assertive
- Se faire entendre sans agresser, écouter sans écraser
- Développer les comportements adéquats pour une relation win-win
- Reconnaître les différents comportements de fuite, d'agressivité, de manipulation et d'assertivité chez soi et chez autrui
- Identifier les situations sortant du cadre l'assertivité (manipulation, domination, mauvaise foi…) et se positionner en conséquence

CONTENU

- Les ingrédients d'une communication constructive
- L'assertivité ou respect mutuel, équivalence, empathie et responsabilité
- S'assurer d'être compris·se et prendre sa place sans empiéter sur celle des autres
- L'assertivité au quotidien : tests, exercices et cas pratiques
- Assertivité vs. agressivité, fuite et manipulation : identifier les différentes situations et adopter l'attitude adéquate
- Conscientiser, maîtriser son comportement non-verbal – Et les émotions ?
- Des solutions positives et réalistes tenant compte des besoins de chacun
- Refuser une demande ou émettre une critique, en bonne relation
- Accueillir la critique tout en préservant l'estime de soi, prendre du recul
- L'assertivité comme moyen de désamorcer l'escalade agressive
- Mauvaise foi et manipulation : les reconnaître et les déjouer

MÉTHODE

Jeux de rôle, débats, mises en situation, réflexions individuelles et en groupe, exploitation de situations amenées par les participant·e·s, analyse de vidéos…

FORMATRICE

Sophie LAMBY

Formatrice en softskills, people management, communication interpersonnelle depuis près de 20 ans - Thérapeute de couple et sexologue – Coaching de vie et coaching professionnel : coaching d'étudiant·e·s qui cherchent leur voie, ateliers sur la confiance en soi…

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2108	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	02-02-23 09-02-23 16-02-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN192	Bruxelles Formation | BF entreprises	3

Comment lui dire? L' A.R.T de faire une remarque délicate

CIBLE

Travailleur·euse·s en relation interpersonnelle d'aide, de tout secteur. Fonctions de contact de 1ère ligne, d'accueil et d'écoute, d'orientation et d'accompagnement, d'aide sociale et professionnelle.

OBJECTIFS

- Gérer la limite entre comportements acceptables ou non
- Confronter sa vision du monde, ses valeurs à celles de l'autre en cas de comportement inapproprié
- Evaluer l'importance d'une remarque, sa portée et ses effets
- Communiquer avec une personne sur les effets produits chez l'autre d'un aspect particulier de sa personnalité
- Utiliser les techniques appropriées pour faire une remarque délicate

CONTENU

- Faire prendre conscience à une personne des effets produits chez l'autre d'un aspect particulier de sa personnalité (tenue vestimentaire, hygiène corporelle, comportements particuliers...)
- Comprendre les comportements inappropriés en confrontant vision du monde et valeurs des uns et des autres
- Evaluer l'importance d'une remarque, sa portée et ses effets
- Gérer la limite entre sphère privée et sphère professionnelle, entre comportements acceptables ou non
- Utiliser l'émotion comme ressort à la communication
- Se référer à 2 principes de la communication assertive : responsabilisation et autonomie
- Mobiliser diverses techniques de communication appropriées... et les pratiquer

MÉTHODE

- Inductives : partir de situations « difficiles », de cas vécus suivi d'un éclairage théorique par le·la formateur·trice
- Actives : auto-diagnostic, résolution de cas, exercices, mises en situation...
- Participatives : échanges et débats sur les «bonnes pratiques»
- Transférables : réalisation d'un Plan d'Action par chaque participant·e

FORMATRICE

Corinne GUEUDET

Formatrice, consultante & coach spécialisée en assertivité, affirmation de soi en contexte professionnel, communication & gestion du temps et des priorités depuis 2003

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2109	Ancolie	Fucam	rue du Grand Trou Oudart 7000 Mons	07-03-23 14-03-23	2	09:00 - 16:30

Dix outils de communication avec les collègues et dans la vie quotidienne

CIBLE

Cette journée s'adresse à tout public et à toute personne quel que soit son domaine professionnel

OBJECTIFS

- Comprendre les différentes composantes d'un acte de communication
- Appréhender les astuces pour mieux communiquer
- Analyser les comportements pour entrer en relation
- Prendre en compte des valeurs de chacun·e pour entrer en relation
- 10 outils à mettre en pratique au quotidien sans prendre plus de temps

CONTENU

- Les participant·e·s seront amené·e·s à identifier et comprendre les deux niveaux de la communication : la communication verbale et non-verbale.
- Communication verbale :
  - Ses composantes
  - Les blocages et interférences
- Communication non-verbale
  - Ses composantes
  - Dans quel état est l'autre et dans quel état suis-je ? (La place des émotions)
  - Comment bien observer pour ajuster sa relation à l'autre
- Exercices pratiques d'exploitation du contenu
- Les attitudes et comportements : d'autres moyens de communication dans la relation de soins et d'équipe
  - Les attitudes d'accueil et de réceptivité
  - Les comportements de partage de l'information
- Présentation, développement et appropriation de 10 outils qui facilitent la communication :
  - 3 dimensions Rogériennes de la communication
  - Pratiquer l'effet Rosenthal
  - Prendre en compte le cadre de référence
  - La reformulation
  - L'écoute active
  - S'exprimer en « JE »
  - L'assertivité
  - La synchronie
  - La communication non-violente
  - La technique de la confirmation
- Exercices de mise en pratique et d'exploitation des outils transmis

MÉTHODE

De manière générale, la formation se base sur les attentes des participant·e·s en combinant des apports plus théoriques et la mise en pratique d'outils concrets.
Les notions de base théoriques permettent de rendre compte des enjeux fondamentaux relatifs à la communication.

FORMATRICE

Sabine VASSART
Assistante Sociale, licenciée en Sciences de la Famille et de la Sexualité, formée à la thérapie familiale et à l'intervention systémique, à la sexologie clinique.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2110	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	06-09-23	1	09:00 - 16:00

Dire Non

CIBLE

- Tout·e travailleur·euse souhaitant développer sa capacité à établir des relations bienveillantes, à sortir des conflits positivement, à s'affirmer...
- Tout·e travailleur·euse démarrant sa carrière professionnelle

OBJECTIFS

- Clarifier le désaccord par le corps et par le discours
- Dire non de façon efficace : négocier, ne pas négocier, ne pas répondre de suite, ne pas répondre du tout

CONTENU

- Traquer les croyances limitantes et les troquer contre des croyances libératrices permettant de dire non
- Adapter leur langage corporel à leur objectif
- S'informer sur les enjeux de l'interlocuteur
- Accepter la position de l'autre, sans pour autant la partager
- Informer de leur position
- Négocier : marchandage et technique du «Oui, mais...»
- Ne pas négocier : ne rien proposer, changer d'avis, répéter «non» sans argumenter, refuser l'insistance, jouer le disque rayé
- Ne pas répondre : ne pas se prononcer, postposer la réponse, stopper la discussion

Référents théoriques (e.a.) : France Brécard, Christine Laouénan, Delphine Barrais, Marie Haddou, Sarah Famery, Christel Petitcollin

MÉTHODE

- Mises en situation
- Apports théoriques
- Exercices en sous-groupes et en groupes
- Activités corporelles

FORMATRICE

Solenne THIRY

Assistante sociale, formée à l'intervention systémique et familiale, Accompagnatrice en ISP au sein d'un CEFA, Animatrice enfants et adolescents, Conférencière, Superviseuse d'équipe, Formatrice, Collaboratrice de l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2111	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	15-09-23 29-09-23	2	09:30 - 16:30

S'affirmer relationnellement pour booster sa confiance en soi et sa motivation professionnelle

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Développer la confiance en soi dans les situations relationnelles professionnelles et personnelles
- Apprendre des outils d'affirmation de soi pour retrouver du bien-être dans ses relations de travail
- Comprendre comment notre efficacité relationnelle impacte positivement et négativement notre motivation
- Identifier les sources d'une mauvaise estime de soi et les différents profils d'estime de soi
- Maitriser la composante comportementale de l'estime de soi : la confiance en soi et son impact dans l'efficacité personnelle et professionnelle

CONTENU

- Identifier les sources d'une mauvaise estime de soi et les différents profils d'estime de soi
- Comprendre la dynamique de l'estime de soi (les éléments influençant, ses dimensions…), ses fonctions, les facteurs étiologiques, les conséquences du manque d'estime de soi
- Appréhender les piliers de l'estime de soi (vision de soi, amour de soi et confiance en soi)
- La composante comportementale de l'estime de soi : la confiance en soi et son impact dans l'efficacité personnelle et professionnelle
- Prendre conscience de l'estime de soi et son rapport aux autres
- Identifier les registres symptomatiques d'un manque d'estime de soi et ses dimensions au niveau stabilité
- L'assertivité comme changement durable pour une meilleure confiance en soi
- Réfléchir à des pistes pour développer et/ou accroître l'estime de soi et la confiance en soi, notamment en apprenant à s'affirmer
- Apprendre à intégrer l'acceptation de soi et l'auto-compassion afin d'améliorer son estime de soi et son rapport aux autres

MÉTHODE

La dimension théorique sera abordée dans une alliance subtile avec la pratique, ainsi elle partira du vécu et de l'expérience des travailleur·euse·s.
Bien que cette formation se veut une vraie démarche de prise de conscience et éventuellement de développement personnel et professionnel, le respect de l'intimité des participant·e·s sera le socle de la formation. Personne ne sera obligé de partager son propre vécu ou expérience en rapport à l'estime de soi. Cependant, pour ceux·celles qui désirent le faire, le secret professionnel sera d'application et le groupe sera invité à le respecter.

FORMATRICE

Sherlla OLIVEIRA
Bachelière en soins infirmiers, master en promotion et éducation pour la santé (Ulg), agrégée d'enseignement secondaire supérieur (Ulg), formatrice, conférencière, accompagnatrice pédagogique, thérapeute, prof de yoga et pilates.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2112	COCOON	Objectif plénitude	rue des Bluets 13 4100 Seraing	25-09-23 26-09-23 28-09-23	3	09:00 - 16:00

Travailler et communiquer en équipe

CIBLE

Toute personne se sentant touchée ou impliquée par la question du travail en équipe y trouvera sa place. En particulier le personnel des maisons de repos et de soins, des hôpitaux, des maisons médicales et des centres de soins à domicile, toutes fonctions et qualifications confondues.

OBJECTIFS

- Identifier les modes de communication au sein de l'équipe et les mettre en corrélation avec les situations rencontrées
- Présenter les outils de collaboration positive, constructive et non violente
- Identifier les forces et les défis pour participer à une évolution positive d'équipe
- Identifier rapidement les attitudes nocives au bon climat d'une équipe et les pistes pour sortir d'une relation conflictuelle
- Valoriser les rôles et les fonctions propres à chacun·e, pour un renforcement général de l'équipe : « pas de maillon faible »

CONTENU

Parce qu'une équipe est constituée de multiples êtres différents, la formation ouvre avec les participant·e·s la réflexion pour que chacun·e trouve sa juste place et que la cohésion d'équipe s'en trouve renforcée.
La formation s'articulera en 2 parties.

- Les préalables indispensables à une cohésion d'équipe : CNV, importance du dialogue, intégration et soutien de collègue, distinction vie privée et vie professionnelle
- Le vécu en équipe : esprit d'équipe, assertivité, dynamiques, processus

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICE

Sylvie JAMAR
Formatrice, médiatrice agréée dans les matières civiles, commerciales et sociales. Elle est également qualifiée en coaching et gestion de crise. Passionnée par les dynamiques de dialogue et d'influence, la gestion de conflit et la (re)construction de liens sociaux, Sylvie a acquis une expérience professionnelle dans les secteurs non marchand et marchand, principalement dans la négociation, la gestion de projets et d'équipe, la gestion de crise et la médiation.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2113	CEFEM	Auberge de jeunesse de Charleroi	rue du Bastion d'Egmont 3 6000 Charleroi	06-02-23 13-02-23	2	09:00 - 16:00

La communication dans les équipes : des freins à l'harmonie?

CIBLE

Gestionnaires d'équipe ou tout public ayant en charge une équipe

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est une communication efficace
- Identifier les attitudes qui favorisent et celles qui freinent la communication dans les équipes
- Aider les participant·e·s à identifier leur mode de communication et les attitudes adéquates qui favorisent la communication
- Mesurer l'importance de la responsabilisation de chacun·e
- Faciliter les échanges dans une équipe de travail pour créer de la valeur et une synergie

CONTENU

En partant d'exemples vécus, les journées pratiques seront dynamisantes et riches. Elles se composent d'exposés théoriques, de partage de vécus, de mises en situation et d'exercices.

MÉTHODE

Le contenu sera traité par la pratique et les mises en situation partant de cas concrets. Toute formation doit donner l'occasion de s'entraîner en mettant en pratique les outils, les méthodes et les conseils de la formatrice et ce d'autant plus avec des travailleurs·euses de terrain, avides de concret et à l'esprit pragmatique. Chacun·e reçoit des conseils personnels pour mieux développer ses compétences propres.
Les participant·e·s sont acteurs·trices de la formation et la « co-construisent » avec la formatrice. Le but n'est pas de les assener de théories mais de leur donner l'occasion de partager, de prendre le temps de réfléchir, d'expérimenter des contenus via des situations à vivre personnellement. La formation associée à la technique du coaching apporte une plus-value importante car elle ouvre des portes vers de nouvelles options et pratiques de communication.
La pédagogie est axée sur la pratique et les échanges.

FORMATRICE

Charline LEMAIRE

Licenciée en psychologie clinique et formée à l'approche systémique des familles et institutions ainsi qu'à la gestion des traumatismes, elle a travaillé en psychiatrie (paraphilies) et en milieu hospitalier (clinique de la douleur) puis s'est orientée de nombreuses années vers les personnes âgées et la petite enfance. Elle a exercé en maison d'accueil, centre P.M.S., crèche et jardin d'enfants. Sa démarche s'appuie sur la systémique, la psychologie développementale, la P.N.L., les neurosciences, les théories de l'attachement, l'hypnothérapie, la communication non violente et la bientraitance. Elle exerce aujourd'hui en tant que psychothérapeute (pour enfants, adolescent·e·s et adultes) et formatrice.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2114	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	04-04-23 11-04-23	2	09:00 - 16:00

L'art de communiquer autrement : sensibilisation à la communication non-verbale

CIBLE

Cette formation est ouverte à toute personne qui souhaite améliorer sa communication soit vis-à-vis de ses collègues, soit vis-à-vis des usagers·ères

OBJECTIFS

- Comprendre l'importance du non-verbal et adapter sa communication non verbale
- Décoder les messages du sujet : comportement, attitudes, plaintes…
- Reconnaître au corps l'importance de sa place dans la relation à l'autre
- Acquérir les techniques et outils relatifs à la communication non-verbale
- In fine, comprendre, répondre aux besoins et attentes des personnes à accompagner/aider.

CONTENU

Décodage et apports théoriques

- Sensibiliser, informer sur l'importance de la place du corps dans la relation humaine et la relation d'aide
- Identifier les modes de communications non-verbale
- Améliorer la communication entre intervenante·s/soignant·e·s et accompagnée·s/soigné·e·s

En pratique

- Donner des outils pour une mise en application concrète de la communication non-verbale dans le milieu de travail
- Développer des attitudes d'écoute et des stratégies de changement qui permettent d'envisager les relations bienveillantes
- Favoriser le bien-être de l'accompagné·e/soigné·e en valorisant l'estime de soi

MÉTHODE

- Méthodologie participative, inductive et active
- Présentations théoriques et exercices pratiques, mises en situations, jeux de rôles
- Retours réflexifs sur les acquis et transfert dans les situations professionnelles concrètes
- Retours de la pratique et évaluation
- Support pédagogique à la disposition des participant·e·s

FORMATRICE

Ginette DEBUYCK

Formatrice, superviseure, master en Sciences de l'éducation, médiatrice familiale agréée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2115	Médiations asbl	Auberge de jeunesse Van Gogh Botanique	rue traversière 8 1210 Bruxelles	06-11-23 13-11-23	2	09:30 - 16:00

Concertation sociale et dialogue social

CIBLE

Directions, cadres intermédiaires, personne référente de confiance, conseiller·ère·s en prévention, délégués·ées syndicaux, CPPT, CE et tout·e travailleur·euse désirant se positionner en acteur·trice sociale de la démocratie sociale

OBJECTIFS

- Comprendre l'importance et l'efficacité des structures de concertation et de dialogue social en Belgique
- Connaître les organes de concertation sociale plus spécifiquement dans les secteurs non marchands dans les institutions et associations, de les comprendre comme mécanisme de cohésion sociale et de prévention des conflits, comme enjeux de démocratie sociale
- Appréhender et analyser des problématiques concrètes de relations et conditions de travail
- Se positionner et s'engager comme acteur·trice de démocratie et de concertation sociales dans l'entreprise et dans la société

CONTENU

- Les différents niveaux de concertation sociale en Belgique (interprofessionnel, sectoriel, entreprises) et leurs instances (CNT, commissions paritaires, CE-CPPT-DS en entreprise, et mécanismes de CCT). Les instances de conciliation.
- Les enjeux de la démocratie sociale + analyse de situations concrètes en fonction des acteurs·trices participant·e·s.

MÉTHODE

Planche de présentation schématique + échanges - analyses-débats sur des problématiques de conditions et de relations de travail, en lien avec le vécu des participant·e·s.

FORMATEUR

Louis LAMBERT
Coach en développement professionnel, enseignant de législation sociale aux cadres du NM, au CPSE de Grivegnée.
Ancien permanent d'une organisation syndicale dans des secteurs non-marchands.
Ancien membre de commissions paritaires du non-marchand

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2085	CPSE	Bruxelles	Lieu à définir	06-04-23	1	08:30 - 16:30
F2086	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	02-02-23	1	08:30 - 16:30

Des réunions au service de nos projets

CIBLE

Toute personne menée à animer ou préparer des réunions dans le cadre de sa pratique professionnelle

OBJECTIFS

- Maîtriser les bases de la conduite de réunion
- Développer ses habilités personnelles dans un cadre réfléchi

CONTENU

Des réunions, nous en faisons tou·te·s mais celles-ci doivent rester utiles et non pas représenter une perte de temps. Une réunion se prépare et se conduit selon quelques règles simples à systématiser.
De la phase de conception à l'évolution des résultats, la conduite de projets implique pour l'opérateur·trice de conduire de nombreuses réunions ou d'y participer : brainstorming, discussion, problémation, négociation, décision, organisation, évaluation et bilan d'action, autant de moments de la vie du projet qui se pratiquent en réunion. Faut-il pour autant succomber à la réunionite et perdre son énergie dans des réunions inutiles ? Voici deux journées pour mettre vos réunions au service de vos projets (plutôt que l'inverse).

Au programme:

- Le cycle de vie du projet et les types de réunion
- La préparation de la réunion (Faut-il se réunir ? Qui inviter ? Pour quoi faire ? Où ? Quand ? Choisir la méthode d'animation)
- Le déroulement de la réunion (le rôle de l'animateur·trice, les techniques de l'animation, l'identification des rapports de force et des problèmes)
- Le suivi de réunion (P.V., suivi d'action et contrôle de suivi).

MÉTHODE

Cette formation est basée sur des mises en situation et l'analyse de cas vécus. L'atelier sera nourri de flash théoriques et de fiches pédagogiques

FORMATEUR

Loïc PANNEQUIN
Coach, maître praticien et formateur en PNL

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2195	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	08-02-23 15-02-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN183	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	2

Conduire une réunion avec bienveillance et efficacité

CIBLE

Toute personne qui souhaite améliorer ses savoir-faire et son savoir-être dans l'animation des réunions ou qui souhaite mieux comprendre les dynamiques propres aux réunions professionnelles

OBJECTIFS

- Concevoir et préparer une réunion efficace
- Choisir le mode de réunion approprié au contexte et à sa personnalité
- Adapter son animation aux objectifs de la réunion
- Maîtriser les bases de la dynamique de groupe

CONTENU

- Comment rendre une réunion efficace ?
- Adapter son type de réunion aux besoins de l'association et à la personnalité de l'animateur·trice
- Déterminer les objectifs
- Impliquer les participant·e·s dès la préparation de la réunion
- Les principes de la dynamique de groupe
- Les styles d'animation : directif ou non-directif, participatif
- La gestion des notes et des documents
- Comment assurer le suivi de la réunion ?
- La réunion de prise de décision collective
- Développer la parole positive
- Comment gérer un conflit dans les réunions ?
- Comment gérer les participant·e·s difficiles ?

MÉTHODE

La méthode est inductive et participative. Le formateur s'appuie sur les situations apportées par les participant·e·s. Ils·elles pourront expérimenter différentes techniques d'animation et décoder leurs avantages et inconvénients.

FORMATEUR

Jean-Luc VERCAEMST
Licencié en communication, formé en gestion du non-marchand, responsable de formations chez Emancipe

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2196	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	05-06-23 06-06-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN022	Emancipe asbl	2

Conduire une réunion avec des outils créatifs

CIBLE

Directions, chef·fe·s de projets

OBJECTIFS

- Concevoir une réunion : avant - pendant - après la réunion (étapes, traces...)
- Découvrir les bases de l'intelligence collective
- Découvrir et tester des outils d'intelligence collective
- Découvrir et tester des outils créatifs pour dynamiser les réunions
- Découvrir les différents rôles essentiels au bon déroulement d'une réunion

CONTENU

- Outils d'intelligence collective : le vote sans candidat, la pratique du cercle, l'Appreciative Inquiry, le World Café, la pratique de l'intervision ...
- Outils créatifs pour dynamiser les réunions : les brise-glaces, la 'Fish attitude', l'importance des objectifs, l'envoyé spécial ...
- Outils de management (analyse transactionnelle)

MÉTHODE

- Alternance entre temps théoriques et pratiques faisant appel à la participation de chaque participant·e
- Temps de débriefing au service des objectifs et de l'intégration des notions

FORMATEUR

Christophe VANDERROOST

Formateur chez Cap Action, ancien directeur d'école, passionné de pédagogie et de créativité

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2197	CAP ACTION	Centre Lilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	11-09-23 12-09-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN023	CAP ACTION	2

Améliorer la qualité des débats en réunion d'équipe

CIBLE

Personnels psychosociaux et éducatifs

OBJECTIFS

- Explorer et expérimenter les conditions d'un débat constructif
- Se familiariser avec la 'Sémantique Générale' d'A. KorzybskiAborder un sujet dans sa complexité
- Mettre en pratique les conditions d'une réunion instructive

CONTENU

1. Dans un premier temps, nous nous intéresserons à la manière d'aborder un sujet :
- comment présenter le sujet ?
- comment ouvrir le débat ?
- comment aborder la complexité d'un sujet ?

2. Dans un second temps, nous nous intéresserons au débat lui-même. Nous passerons en revue les qualités requises d'un débat constructif :
- la conscience de sa subjectivité - la nuance des propos - la capacité d'argumenter
- la prudence dans les interprétations
- la précision des observations
- la capacité de se poser des questions- le degré d'expertise
- A cet égard, nous nous inspirerons de la 'Sémantique Générale' du philosophe Alfred Korzybski :
  - les dangers d'une utilisation abusive du verbe « être »
  - la tendance à identifier des « natures »- les réflexes « dualistes »- la tendance à simplifier la complexité- la tendance à conférer aux « inférences » un statut de vérité- la tendance à prendre nos « cartes » (catégories mentales) pour des « territoires » (vérités objectives)- notre précipitation à identifier des « causes »- etc

3. Dans un troisième temps, nous nous intéresserons au rôle et aux qualités de l'animateur·trice.
- Comment nuancer des positions tranchées ?
- Comment ouvrir des positions fermées ?
- Comment amener plus de rigueur dans les arguments ?
- Comment gérer les éventuels affects des participant·e·s ?
- Comment favoriser l'écoute mutuelle ?

MÉTHODE

- Des exercices concrets seront proposés tout au long de la formation afin de vérifier la bonne compréhension des concepts abordés.
- Nous expérimenterons également les « conditions d'un débat constructif » sous forme de jeux de rôle ou et dans le cadre des débriefings des exercices proposés.
- La formation fera également place à des analyses d'expériences vécues par les participant·e·s.

FORMATEUR

Frédéric DELVIGNE

Psychologue, thérapeute familial, enseignant et formateur

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2198	Synapsi	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	07-12-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN024	Synapsi	1

Des réunions efficaces en ligne

CIBLE

Responsables d'équipe, chef·fe·s de projet ou directions qui doivent mener des réunions en visioconférence

OBJECTIFS

- Préparer une réunion en visioconférence
- Animer une réunion en visioconférence
- Conduire et gérer une réunion en ligne
- Choisir l'outil adapté à ses besoins et aux réalités de terrain pour organiser les réunions en ligne
- Favoriser la participation et les échanges

CONTENU

Préparer une réunion en visioconférence
- avantages de ce type de réunion
- définir les étapes de préparation
- définir l'ordre du jour selon les objectifs
- définir le temps alloué
- identifier le nombre de participant·e·s
- créer une invitation claire et impliquant : durée, points abordés, fonctionnement technique, etc.
- planifier dans l'agenda (partagé avec les équipes)
- s'assurer de l'accès au matériel et de son bon fonctionnement (caméra, micro, partage d'écran, etc.)

Quel outil utiliser :
- différents outils de visioconference
- présentation des modalités de connexion
- présentation des fonctionnalités, des possibilités offertes par chaque outil
- présentation des interfaces

Animer une réunion
- le rôle de l'animateur·trice
- organiser les travaux de groupes : modalités, règles, outils de partage de l'information
- rendre la réunion dynamique et vivante
- réguler les échanges, cadrer, écouter, reformuler
- synthétiser, reprendre la main, relancer le groupe
- utiliser le regard et la voix

Conduire une réunion
- Préparer l'introduction et conclure
- Veiller à la dynamique de groupe et la participation de chacun·e
- Gérer le timing
- Favoriser l'écoute mutuelle des participant·e·s.
- Instaurer un climat de confiance
- Rédiger un compte-rendu clair et immédiat

Gérer les situations délicates
- Compenser l'absence de non verbal
- Principes pour faire face aux perturbations
- S'adapter aux soucis techniques (les siens et ceux de participant·e·s)

MÉTHODE

Présentation d'outil, test et manipulation des outils sur les différentes plateformes, exercices et mises en situation pour s'approprier les différentes étapes de la création à la réalisation et la clôture de réunion en visioconférence

FORMATRICE

Cécilia ICARD

Formatrice chez Cap Action, passionnée par les outils numériques et leur potentiel dans l'apprentissage

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Jour	Horaire
F2199	CAP ACTION	En visioconférence	10-03-23	1	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN025	CAP ACTION	1

Des outils créatifs au secours des réunions

CIBLE

Toute personne désireuse d'acquérir des outils pour animer des réunions de créativité fructueuses

OBJECTIFS

- Comprendre la démarche créative (phase de divergence et convergence)
- Favoriser une ambiance propice à la création
- Définir les règles pour mener à bien la réunion de créativité
- Choisir les outils et techniques de créativité à bon escient
- Guider le groupe vers des résultats tangibles

CONTENU

- Qu'est-ce que la créativité ? Les différentes phases de la démarche créative, comprendre ce qui bloque et ce qui stimule la créativité
- Choisir les méthodes et les outils à bon escient : les icebreakers, le brainstorming, le mindmapping (carte mentale), les 6 chapeaux de Bono, la technique adaptable des post its, la technique du poirier, etc.
- Apprendre des techniques pour trier et évaluer les idées

MÉTHODE

- L'interactivité est l'essence même de nos formations !
- Expérimentation des techniques et outils présentés, exercices pratiques, présentation orale des participant·e·s, débriefing collectif, etc. Les participant·e·s auront l'occasion d'aborder leurs problématiques par l'échange d'expériences.

FORMATRICE

Nathalie FABBRO

Depuis 2006, formatrice et coach en communication interpersonnelle, en charge de divers domaines soft skills, formation de formateur, techniques de communication, assertivité, gestion de conflits ou d'agressivité, accueil, relations clients...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2200	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	17-04-23 24-04-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN026	Bruxelles Formation | BF entreprises	2

L'insatisfaction, principal moteur de changement

CIBLE

Responsables, directions et travailleurs·euse·s

OBJECTIFS

- Mieux connaître ses réactions et celles de son équipe dans les situations difficiles
- Accompagner les différentes étapes du changement
- Motiver et développer les processus facilitant la participation des membres de l'équipe
- Agir pour obtenir de manière constructive les changements nécessaires
- Savoir réagir dans les situations d'insastisfaction

CONTENU

De nombreux·ses professionnel·le·s témoignent de moments d'insatisfaction, voire de leur colère, face à des difficultés et situations diverses, en lien avec leurs bénéficiaires, leurs collègues… De nombreuses situations peuvent générer de la colère (agressivité, négligence des bénéficiaires, difficultés relationnelles…) ou mettent mal à l'aise (inertie des familles, des jeunes, des collègues, complexification des situations…).

- Définir ce qui ne me plaît pas et ce que j'aimerais changer
- La part du rêve et la réalité
- Qui a le pouvoir de la solution?
- Quelles sont les options dans ma zone de pouvoir?
- Comment mobiliser l'autre dans sa zone de pouvoir pour contribuer à une solution qui convienne à tous?

Les outils utilisés sont directement empruntés à l'Analyse Transactionnelle et aux techniques de coaching

MÉTHODE

Dans nos formations, nous utilisons des méthodes adaptées à la pédagogie des adultes :

- Utiliser et analyser leurs situations professionnelles
- Transformer leur expérience « implicite » en processus « explicite » au regard de notre théorie et de nos modèles
- Leur permettre d'expérimenter par des exercices et par des jeux de rôles (pour ce faire nous utilisons l'apport de la caméra ou de DVD)
- Favoriser l'interactivité et les aspects ludiques (dynamique)
- Ancrer l'apprentissage par un aller retour entre la théorie et la pratique

FORMATRICE

Marie CHATELLE

Coach, accompagne les équipes et les organisations dans la dynamique du changement et de la qualité de vie au travail. La formation développera les principes de l'intelligence collective et de l'organisation apprenante.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2116	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	03-10-23 10-10-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN027	PSDD asbl	2

Boîte à outils pour améliorer l'estime de soi

CIBLE

Cette formation est adaptée à tout public qui aimerait faire le point sur sa situation professionnelle et personnelle.

OBJECTIFS

- Découvrir et comprendre le processus de construction et d'évolution de l'estime de soi
- Améliorer la connaissance de soi dans une perspective d'évolution
- Comprendre ses modes de fonctionnement néfastes et lever les freins au changement
- Acquérir des outils visant à maintenir et à entretenir une bonne estime de soi-même au quotidien
- Découvrir diverses grilles de lecture afin de mieux se comprendre et communiquer avec autrui

CONTENU

- Découverte des bases théoriques du concept de l'estime de soi (composantes, caractéristiques, mécanismes) en partant, entre autre, des études de François Lelord et Christophe André
- Evaluation de son propre niveau d'estime de soi à travers ses différentes composantes et domaines d'expression
- Valorisation de ses points forts et identification des zones plus fragiles à travailler
- Exploration et développement de techniques et d'outils divers visant à améliorer le niveau d'estime de chacun·e au quotidien
- Analyse des freins au changement et identification de leviers potentiels
- Définition d'un plan d'action personnel visant à élever son propre niveau d'estime de soi et à le maintenir dans le temps

MÉTHODE

- Privilégiant la démarche inductive, en partant des réalités et des expériences, afin de permettre l'élaboration de solutions et d'apprentissages adaptés, cette formation nécessite une implication personnelle de chaque participant·e
- Présentation de repères théoriques clés selon une méthodologie interactive et participative
- Discussions ouvertes en groupes restreints sur les thèmes abordés afin de favoriser l'échange d'expériences et de points de vue
- Exercices d'introspection guidés par des grilles d'auto-analyse et de découverte de soi
- Échanges réguliers entre participant·e·s
- Mises en pratique par des exercices concrets et des outils d'amélioration de l'estime de soi

FORMATRICE

Galadriel FRANCK

Sociologue, formée en dynamique des groupes et à l'ennéagramme. Coach, intervenante et formatrice au Réseau d'Entreprises Sociales depuis 10 ans

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2117	RES - Réseau d'Entreprises Sociales	RES - Réseau d'Entreprises Sociales	rue Forgeur 15 4000 Liège	16-03-23 30-03-23	2	09:00 - 16:00

Gestion du temps et des priorités : maîtriser son temps et mieux s'épanouir au travail

CIBLE

Toutes les personnes qui veulent améliorer leur efficacité, mieux gérer leur temps et leurs priorités.

OBJECTIFS

- Identifier ses principaux «voleurs de temps»
- Connaître les lois universelles qui régissent le temps et découvrir son fonctionnement interne face au temps
- Comprendre comment analyser/calibrer ses tâches et définir ses priorités
- Apprendre ou ré-apprendre les bases d'une bonne gestion du temps
- Guérir des Tempsdinite, lifophilie et autres maux de la gestion du temps

CONTENU

- Pourquoi a-t-on souvent la perception de manquer de temps ?
- Prendre conscience de son comportement quand il y a trop de choses à faire et pas assez de temps
- S'entendre sur les concepts fondamentaux : efficace, efficient, important, urgent...
- Savoir évaluer les durées, les délais et les échéances en tenant compte des lois universelles
- Savoir distinguer l'important de l'urgent, les vraies et fausses urgences et prioriser ses tâches
- Utiliser l'agenda et réaliser des rétroplannings
- Vaincre la procrastination et réduire les interruptions
- Trucs pour négocier les demandes et dire non avec tact
- Adopter les bonnes pratiques de mail et se faciliter la vie avec outlook
- Ne pas perdre son temps en réunions c'est possible

MÉTHODE

Une méthode interactive avec alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques.

FORMATEUR

Xavier LIETAR
Master en psychologie clinique. Master en psychologie commerciale et industrielle.
Thérapeute-Formateur-Tabacologue.
Accompagnateur d'équipes dans le secteur de l'action sociale.
Chargé de cours à la European Communication School.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2118	CEFORM asbl	CEFORM asbl	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlamon	23-03-23 30-03-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN028	CEFORM asbl	2

Clés et outils de coaching pour augmenter la confiance en soi

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre la différence et les liens entre estime de soi et confiance en soi
- Découvrir et expérimenter des outils de coaching pour développer la confiance en soi au quotidien
- Identifier les liens entre confiance en soi et épanouissement professionnel
- Tester l'impact de la communication positive pour augmenter la confiance en soi
- Apprendre à transformer peurs et croyances en leviers de changement pour augmenter la confiance en soi

CONTENU

- Notions d'estime de soi et de confiance en soi : différences et liens
- Les signes de reconnaissance d'Eric Berne
- Notions de renforcement positif et négatif
- Impact des pensées et des mots sur la confiance en soi au regard des neurosciences
- Peurs et croyances limitantes
- Expérience et confiance en soi

MÉTHODE

La démarche pédagogique sera basée sur l'expérimentation d'outils de coaching, des concepts de la psychologie positive et les dernières découvertes des neurosciences. Ce module se veut avant tout motivant et pratique.

FORMATRICE

Stéphanie OEYEN

Licenciée et agrégée en communication, auteure, coach et fondatrice d'Acteurs positifs, formatrice CECOTEPE asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2119	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	23-03-23 30-03-23	2	09:00 - 16:00

Reconnaître nos croyances limitantes et les dépasser

CIBLE

Toute personne désireuse de mieux se connaître pour mieux exprimer tout son potentiel professionnel

OBJECTIFS

- Identifier quelques-unes de mes croyances
- Comprendre la mécanique à l'oeuvre dans la formation et le renforcement de croyances
- Agir sur mes croyances limitantes pour les transformer

CONTENU

«Je dois faire des heures supplémentaires pour être bien vu par mon·ma responsable «
«Je dois jouer avec mes enfants pour être un bon parent.»
Que suis-je obligé de faire (ou ne pas faire) dans ma vie ?
Quelles croyances ai-je sur moi-même, sur les autres, sur le monde en général ?
Quelle vision limite mon champ d'action ?
Serait-il possible d'identifier et d'agir sur les croyances qui empoisonnent mon existence ?

Contenu :

- Les niveaux logiques (Dilts)
- Le méta-modèle (PNL)
- La nature de la croyance
- Les messages contraignants (Analyse Transactionnelle)

Références théoriques (e.a.) : Robert Dilts, Grégory Bateson, John Grinder, Richard Bandler, Françoise Kourilsky, Bernard Raquin, Programmation NeuroLinguistique, Jean Lerminiaux, Antonio Damasio

MÉTHODE

- Mises en situation
- Réflexion personnelle
- Apport d'outils d'analyse
- Exercices pratiques

FORMATEUR

Julien LECOMTE
Master en communication, Formateur à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2120	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	03-04-23 05-04-23	2	09:30 - 16:30

Le kasàlà : un outil pour booster l'estime de soi

CIBLE

Cette formation s'adresse à toute personne qui souhaite porter un autre regard sur ses réalités de vie personnelles et professionnelles, sur soi et sur les autres

OBJECTIFS

- Acquérir une meilleure connaissance de soi
- Se positionner en tant que sujet de son histoire et reconnecter sa vitalité
- Sortir des modes relationnels basés sur la comparaison et la compétition et avancer sur la voie de la complémentarité et de la coopération
- Approcher l'action transformatrice du Kasalà / Autolouange comme pratique de soi qui favorise l'installation d'une dynamique de changement individuelle et culturelle
- Favoriser l'expression de soi et la confiance en soi

CONTENU

- Les trois piliers de l'estime de soi : l'amour de soi, la vision de soi, la confiance en soi
- Kasàlà / Autolouange : origines, concept (approches de J. Kabuta et de M.Milis)
- L'Autolouange : une posture, une école de présence, d'humilité et d'authenticité
- Jouer le « Je » (sans entrer dans l'intime de sa biographie), un portrait de soi sans mensonge et sans modération : les trois consignes de l'Autolouange
- Exercices de relaxation et de respiration consciente pour se centrer
- Ecriture de textes Autolouange à l'aide de différents supports. L'objectif pour chaque participant·e est de rédiger trois textes sur la journée
- Proclamations : espace rituel de célébration et de révélation de soi
- « Habiter sa parole » : infuser ou faire siens les mots qui révèlent l'être pour faire aboutir le processus de valorisation

MÉTHODE

- Exposés / Echanges / Exercices de relaxation
- Proclamation de ses Autolouanges
- Expérimentation de la pratique et de la posture de l'Autolouange
- Réajustement de la posture selon une attention individuelle portée à chaque participant·e et à sa production (pour l'écriture comme pour la proclamation)
- Echanges et partage
- Proclamations de ses intentions

FORMATRICE

Anne-Gaëlle BAUDOT

Assistante sociale en milieu hospitalier (soins palliatifs et oncologie), licenciée en travail social, Anne-Gaëlle est formée en soins palliatifs et en communication non violente (CNV).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2121	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	29-06-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN029	SARAH	1

Développer l'estime de soi

CIBLE

Toute personne (tout secteur, métier et fonction confondus) souhaitant développer et/ou renforcer sa propre estime de soi dans ses relations professionnelles

OBJECTIFS

- Mieux se connaître
- Identifier ses croyances limitantes pour les dépasser
- Pouvoir clarifier ses valeurs et adapter ses comportements par rapport à celles-ci
- Identifier ses émotions et les besoins sous-jacents
- Mettre en place des actions pour atteindre ses objectifs

CONTENU

« J'ai peur de ne pas être à la hauteur »
« Il.Elle m'a dit que j'étais incompétent·e, cela doit être vrai »
« Les autres sont meilleur·e·s que moi, je ne suis pas intéressant·e »

Il nous est tous arrivé de douter de nos compétences et de notre capacité à affronter certaines situations. Et pourtant, chacun·e possède des qualités et des points forts sur lesquels il·elle peut s'appuyer en cas de difficulté. L'estime de soi, auto-évaluation juste de sa propre valeur, peut être travaillée et développée à tout âge. Elle constitue un facteur important dans la prévention des conflits et favorise le bien-être personnel.

Contenu :

- Auto-diagnostiquer notre niveau d'estime de soi
- Identifier nos valeurs personnelles
- Prendre conscience de nos croyances et de leurs conséquences sur la perception de notre valeur
- (Re)prendre la responsabilité de nos comportements
- Clarifier nos objectifs pour agir en cohérence avec ceux-ci

MÉTHODE

- Méthodologie active et créative
- Exercices pratiques à partir des expériences personnelles
- Partages et échanges entre les participant·e·s

FORMATRICE

Lysiane MOTTAUX
Educatrice, Formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Demi-jours	Horaire
F2122	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	26-09-23 03-10-23 10-10-23 17-10-23	4	09:30 - 12:30

Gagner en estime de soi vers plus de bien-être et bien-vivre

CIBLE

Tout·e travailleur·euse ou responsable du secteur non marchand désireux·euse de développer plus d'estime de soi et de confiance en soi pour améliorer la qualité de ses relations interpersonnelles

OBJECTIFS

- Redéfinir l'image de soi en revisitant son estime et en se donnant de la valeur
- Acquérir de l'assurance et plus de confiance en soi
- Prendre conscience de ses blocages et s'en libérer
- Oser s'affirmer en restant positif et constructif dans la relation
- Se positionner face aux demandes de ses interlocuteurs

CONTENU

- Les conditions de succès de la communication interpersonnelle
- Utiliser ses atouts et faire sauter les blocages
  - Faire le point sur ses qualités et ses limites
  - Identifier ses blocages pour s'en libérer
  - Considérer réussites et échecs comme des feedback
- L'estime de soi
  - Sources de l'estime et de la confiance en soi
  - Estime de soi et le rôle de nos émotions
  - Croyances nuisibles à l'estime de soi
- Oser et s'affirmer
  - L'assertivité pour oser s'affirmer
  - Appliquer la méthode d'assertivité qui nous correspond et/ou correspond à la situation
- Expérimenter l'affirmation de soi pour gagner en confiance en soi
- Plan d'action personnel

MÉTHODE

- Inductive : partir de cas vécus, de situations « difficiles » des participant·e·s
- Active : l'apprenant·e est impliqué·e dans des situations dans lesquelles il·elle utilisera ses compétences et les fera évoluer
- Participative : expression des participant·e·s, échanges et débats sur les « bonnes pratiques »
- Pratico-pratique : mise à disposition d'outils facilement et directement utilisables
- Transférable : réalisation d'un Plan d'Action Personnel par chaque participant·e

Alternance d'exercices pratiques, de mises en situation et de repères théoriques, en fonction de leur pertinence avec les objectifs ou résultats attendus.

FORMATRICE

Corinne GUEUDET

Formatrice, coach et consultante spécialisée en communication et développement personnel. Elle intervient en transformant vos situations personnelles (positives ou difficiles) en leviers & forces d'action.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2123	Ancolie	Centrale de l'Emploi de la Ville de Bruxelles	boulevard d'Anvers 26 1000 Bruxelles	21-11-23 28-11-23	2	09:00 - 16:30

Gestion du temps et des priorités

CIBLE

Cette formation est adaptée à tout public, sans parcours de formation préalable. On y aborde les bases principales de la gestion du temps, en se référant au vécu des participant·e·s et en leur fournissant des outils et méthodes directement applicables.

OBJECTIFS

- Améliorer sa gestion du temps pour augmenter son efficacité personnelle
- Identifier sa gestion de son temps, ses éventuelles lacunes et les pistes d'amélioration
- Réduire son stress face à l'urgence et aux multiples tâches
- Apprendre à identifier les éléments perturbateurs et « mangeurs de temps »
- Découvrir des méthodes de gestion des priorités entre les tâches et les projets

CONTENU

La formation s'articule sur deux axes : le diagnostic et des outils.

- Le diagnostic s'établit :
  - en faisant l'inventaire des points forts et des points faibles de chacun en gestion du temps
  - en identifiant le profil de chaque participant·e en matière d'organisation des tâches et projets

Sur cette base, les participant·e·s se verront proposer différents outils leur permettant :

- De prendre conscience de leur rapport au temps, de leurs rythmes d'énergie et de leurs manières de fonctionner
  - Mieux connaître ses périodes privilégiées d'efficacité
  - Aménager son travail en tenant compte de ces périodes
- De gérer leur temps par rapport aux autres et par rapport à leurs activités :
  - Différencier l'urgence et l'importance
  - Etablir des priorités
  - Prévoir un pourcentage de temps pour les imprévus
- De rester pleinement concentré sur leur tâche sans surcharger leur esprit
  - Utiliser un agenda
  - Faire des listes de tâches
- D'anticiper les périodes plus chargées
  - Faire un planning
  - Avancer ou postposer certaines tâches
  - Créer un calendrier perpétuel
- De gagner du temps grâce à une communication optimale :
  - En utilisant un vocabulaire précis
  - En exprimant un « non » constructif si nécessaire
  - Négocier en cas d'urgence ou de surcharge
- De réduire leur niveau de stress pour conserver un bien-être et une efficacité supérieurs
  - Prendre conscience de ses signaux de stress
  - Quelques trucs et exercices courts pour réduire le stress régulièrement

MÉTHODE

La formation est basée sur des outils concrets et immédiatement applicables. A travers de nombreux exercices individuels et en groupe, chaque point abordé est vu en fonction de la réalité des participant·e·s. A la fin de la séance de formation, les participant·e·s sont invité·e·s à établir et mettre en œuvre un plan d'action personnel

FORMATRICE

Zakhia SERHANI

Formatrice, Consultante et Coach en Management – Zakhia accompagne des individus ou des équipes dans leurs démarches de changement

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2124	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	30-01-23 06-02-23	2	09:00 - 16:30

Etre soignant.e, une course contre la montre ? Comment y faire face ?

CIBLE

Cette formation s'adresse à tous les soignant·e·s, infirmiers·ères, aides-soignant·e·s, ergothérapeutes, kinésithérapeutes…

OBJECTIFS

- Mettre en lumière les situations stressantes : quelle est la réalité du soignant·e au quotidien ?
- Réduire l'épuisement du soignant·e : comment aborder ce qui semble insurmontable ?
- Apprendre à faire face à son impuissance
- Transformer sa propre réalité et adapter sa temporalité
- Retrouver l'Essentiel et l'épanouissement dans le soin

CONTENU

- Objectiver la réalité du·de la soignant·e
- Objectiver la réalité du·de la patient·e
- Objectiver la réalité de la direction
- Objectiver la temporalité du·de la soignant·e
- Objectiver la temporalité du·de la patient·e
- Objectiver la temporalité de la direction
- Techniques pour « Mieux vivre » avec la réalité et la temporalité de l'autre
- Comment aborder ce qui nous semble invivable ?
- Revenir à l'Essentiel de notre métier
- Replacer au centre l'essentiel dans le soin
- Analyse de situations stressantes
- Des techniques inspirées de la Pleine Conscience, Mindfulness
- Techniques de relaxation
- Se décharger et se ressourcer
- S'adapter à ce qui est inchangeable
- Des mains pour écouter et revenir à l'essentiel du soin
- Relativiser les situations
- Revoir ses exigences
- L'influence du groupe sur notre perception de la situation
- Comment aborder une problématique
- Comment exposer une demande
- Savoir écouter les besoins d'autrui
- Prendre soin de soi
- Faire la différence entre l'essentiel et l'urgent
- Le deuil de sa journée idéale
- Échanges d'expérience et exercices pratiques

MÉTHODE

- Exposé théorique
- Partage du vécu
- Exercices de mise en situation
- Partage de mon expérience en milieu hospitalier de soins palliatifs et d'oncologie
- Échanges
- Powerpoint
- Récapitulatif écrit des divers outils à utiliser

FORMATRICE

Véronique LANDOLT

Kinésithérapeute spécialisée en soins palliatifs et oncologie (certification inter-universitaire en Soins Palliatifs et accompagnement), elle exerce en milieu hospitalier et en cabinet privé où l'essentiel de son travail est orienté sur le confort physique, le bien-être émotionnel et la gestion de la douleur et du deuil.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2125	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	07-02-23	1	09 :00 – 16 :00

Domptez votre temps et devenez plus efficace !

CIBLE

Toute personne souhaitant améliorer son efficacité professionnelle en apprenant à mieux gérer son temps et ses priorités

OBJECTIFS

- Identifier et comprendre sa perception du temps et sa relation au temps
- Identifier ses mangeurs de temps, en comprendre les raisons et mettre en place des solutions
- Fixer des priorités en distinguant l'urgent de l'important
- Mettre ses limites et oser dire non
- Gérer son énergie et sa fatigue, se protéger du stress

CONTENU

- Identifier mes modes de fonctionnement « naturels » en matière de gestion du temps et des priorités (= clarifier ma relation au temps) :
  - Comment mes drivers (« petites voix inconscientes ») conditionnent ma relation au temps et peuvent freiner ma capacité à déléguer
  - Identifier mes « mangeurs de temps »
- Améliorer mon fonctionnement en m'appuyant sur quelques lois du temps
- Reprendre le contrôle de mon agenda grâce à quelques outils :
  - Définir des objectifs réalistes et réalisables
  - Planifier
  - Etablir des priorités (distinguer l'urgent de l'important)
  - Distinguer sur quoi j'ai du contrôle, de l'influence et sur quoi je n'ai en pas
  - Mettre mes limites et oser dire non
  - Déléguer
  - Gérer le flux incessant d'informations (mails etc.)
- Gérer mon énergie et ma fatigue
- Me protéger du stress

MÉTHODE

- Apports théoriques, outils pratiques et exemples/illustrations issus du terrain
- Outils de découverte de soi (ex : tests et questionnaires) et grilles d'analyse et de compréhension pour une meilleure connaissance de soi et de notre fonctionnement
- Echanges et partages en grand groupe et en sous-groupes
- Apports d'outils pratiques et faciles d'application dans le but d'améliorer notre efficacité professionnelle et personnelle
- Exercices pratiques (analyse de cas et mises en situation…) au départ des situations amenées par les participant·e·s et/ou de mises en situation fictives
- La formation se terminera par la construction d'un plan d'action opérationnel et individualisé afin d'aider les participant·e·s à transférer ce qui aura été vu en formation vers leur réalité de terrain

FORMATRICE

Sylvie BOUCHEZ

Penser en liberté - Agir en confiance - Concrétiser en cohérence

Accompagnatrice de carrière, praticienne SISEM, formatrice FoRS (communication & développement des compétences douces 'Soft skills', Equi-développement...). Des valeurs au cœur de la pratique : confiance, écoute, cohérence, authenticité, sens, professionnalisme, lucidité, atteinte des objectifs...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2126	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	11-04-23 25-04-23	2	09:00 - 17:00

Mieux gérer son temps pour gagner en efficacité professionnelle

CIBLE

Toute personne souhaitant être outillée pour organiser son temps, gérer les priorités et gagner en efficacité

OBJECTIFS

- Gérer les urgences et priorités
- Etre outillé·e pour mieux s'organiser
- Identifier ses voleurs de temps
- Comprendre son fonctionnement et ses difficultés par rapport au temps
- Planifier et gérer un projet dans le temps

CONTENU

- Comprendre les concepts liés à la gestion du temps
  - Gestion des urgences et des tâches importantes avec la Grille Eisenhower
  - Refuser les tâches et responsabilités qui ne nous appartiennent pas (principe des signes voleurs de temps)
  - Identifier les lois qui régissent notre rapport au temps et impactent notre temps et notre état de stress
- Connaître les différents modes de fonctionnement et prendre conscience de ses propres (dys) fonctionnements en termes de gestion du temps
  - Identifier les éléments « voleurs de notre temps » et pollueur d'esprit
  - Analyser son temps : grille d'analyse
  - Comprendre les fonctionnements ou difficultés avec le concept des « maladies du temps »
- Comprendre quelques règles de planification et d'organisation
  - Planification / action
  - Boucles d'activités
  - Seuil de productivité
- S'outiller pour mieux s'organiser
  - Définir un objectif SMART
  - Mieux gérer les deadlines avec le retroplanning
  - Utiliser des outils d'organisation et de priorisation
  - Découvrir les outils de gestion du temps et de planification adaptés aux besoins (Trello, agendas, planificateur, diagramme de Gantt, etc)

MÉTHODE

Apports théoriques courts, exercices et analyses de situation pour manipuler les techniques et outils de gestion du temps

FORMATEUR

Guillaume HANNECART

Formateur chez Cap Action; la pédagogie, les neurosciences, le management, l'accompagnement au changement et les supervisions d'équipes sont ses domaines de prédilection.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2127	CAP ACTION	Topos Schuman	rue Breydel 40 1040 Bruxelles	20-04-23	1	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN030	CAP ACTION	1

Utiliser son temps efficacement : outils pratico-pratiques

CIBLE

Tout·e travailleur·euse ou responsable du secteur non marchand désireux·se d'utiliser mieux son temps pour améliorer son bien-être au travail

OBJECTIFS

- Se connaître : mon approche du temps, ses difficultés, ses solutions
- Prioriser : évaluer l'utilisation de son temps en référence avec son rôle et sa fonction
- Prioriser : établir ses priorités et planifier les tâches avec discernement
- S'organiser : outils, trucs et astuces, gérer les imprévus

CONTENU

- Se connaître : mon approche du temps, ses difficultés, ses solutions
  - Identifier les influences de sa personnalité sur son organisation et choisir ses axes de progression
  - Repérer et réduire l'impact de ses voleurs de temps et les causes d'improductivité
- Prioriser : les lois du temps, distinguer l'urgent de l'important
  - Evaluer l'utilisation de son temps en référence avec son rôle et sa fonction
  - Etablir ses priorités par l'arbitrage de l'urgent et l'important
  - Planifier les tâches avec discernement en lien avec les priorités et besoins (objectifs) de fonction
  - Employer les lois du temps au profit de son efficience professionnelle
  - Elaborer des routines de planification
- S'organiser : outils, trucs et astuces, gérer les imprévus
  - Transposer les apprentissages au cœur des tâches quotidiennes de sa fonction
  - Gérer son mental, l'information et la partie administrative

MÉTHODE

- Inductive : partir de cas vécus, de situations « difficiles » des participant·e·s
- Active : l'apprenant·e est impliqué·e dans des situations dans lesquelles il·elle utilisera ses compétences et les fera évoluer
- Pratico-pratique : mise à disposition d'outils facilement et directement utilisables
- Transférable : réalisation d'un Plan d'Action Personnel par chaque participant·e
- Alternance d'exercices pratiques, de mises en situation et de repères théoriques, en fonction de leur pertinence avec les objectifs ou résultats attendus.

FORMATRICE

Vanessa MAZUR
Formatrice, Consultante & Animatrice
Ses atouts : dynamique, ludique, focalisée sur la mise en pratique de l'apprentissage
Ses interventions de prédilection : Conception et mise en place de Plans de Formations (grande expérience au niveau du Fonds4S, de FEBI et de l'AVIQ) – Résilience et Motivation
Sa phrase fétiche : « La folie, c'est de faire toujours la même chose et de s'attendre à un résultat différent ! » (A. Einstein)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2128	Ancolie	Fucam	rue du Grand Trou Oudart 7000 Mons	29-09-23	1	09:00 - 16:30

Prendre le temps de gérer son temps

CIBLE

Cette journée s'adresse à toute personne souhaitant vivre de façon plus sereine la pression du temps avec un rythme différent.

OBJECTIFS

- Analyser les différentes causes de sa difficulté à gérer le temps et le stress
- Être capable de réduire l'impact des urgences, des imprévus et des perturbations
- Comprendre les différentes étapes d'un processus de gestion de son temps et savoir les mettre en pratique
- Savoir gérer son temps dans sa relation avec les autres et avec les collègues
- Gérer efficacement son temps en équipe par la clarification des objectifs et des rôles

CONTENU

Le programme de cette formation sur la gestion du temps vise à :

- Laisser le temps au temps, pour vous permettre de l'apprivoiser
- Identifier les éléments voleurs de temps
- Apprendre à planifier son temps et organiser son environnement
- Gérer les priorités, l'urgent et l'important
- Repérer les pièges du temps

MÉTHODE

- Théorie et exposés
- Apprentissages théoriques et méthodologiques interactifs
- Mise en situation, exercices pratiques études de cas

FORMATEUR

Guillaume BEYENS

Infirmier spécialisé en santé mentale et psychiatrie et détenteur d'un master en Santé Publique et Gestion des Institutions de Soins. Il a passé 15 années auprès de patients souffrant de troubles physiques et psychiques, occupant des fonctions d'infirmier, d'infirmier en chef et de cadre hospitalier. Il intervient à présent, en tant que formateur et consultant, auprès d'équipes soignantes et non soignantes. Il propose d'autres pistes d'amélioration du travail, en s'intéressant aux thématiques de la communication et de l'organisation. Guillaume est également formateur certifié HBDI® et s'appuie entre autres sur cette démarche pour faciliter la relation entre personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2129	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	24-11-23	1	09 :00 – 16 :00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN031	SARAH asbl	1

Être acteur.trice de son développement professionnel

CIBLE

Toute personne souhaitant devenir acteur·trice de son développement professionnel en apprenant à mieux se connaître

OBJECTIFS

- Cibler mon projet professionnel sur base d'une meilleure connaissance de soi
- Prendre conscience de mes ressources
- Découvrir les outils de positionnement sur le marché
- Apprendre à apprivoiser le changement

CONTENU

- Apprendre à me recentrer et me re-connecter à moi : mes besoins, mes valeurs
- Prendre conscience de mon niveau d'estime de moi et de confiance en moi via divers outils concrets de prise de recul
- Mieux me connaître : mes atouts, mes limites, profils sociaux…
- Trouver mon identité professionnelle, cibler ma valeur ajoutée unique, ma marque personnelle
- Identifier mes moteurs d'actions
- Cibler mon projet professionnel sur base d'un bilan de compétences
- Se familiariser avec les outils de positionnement sur le marché
- Comment se préparer efficacement à l'entretien de recrutement (éviter les pièges et acquérir une assise face aux questions difficiles)
- Apprendre à me vendre en mettant en relief la valeur de mon parcours et mes atouts
- Apprendre à apprivoiser le changement

MÉTHODE

Les parcours de chacun·e seront pris en compte autant que les questionnements, besoins et attentes, la démarche se voulant active et basée sur l'expérience de tou·te·s. En plus d'un apport théorique glissé le plus souplement possible au fil des interventions, un ensemble de jeux de rôle, de mises en situation (analysées du base de grille d'observation), de travaux de groupes parsèmeront la formation.

FORMATRICE

Christelle LEYS
Master en psychologie du travail et des organisations, accompagnement individuel et collectif, coach. Formatrice CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2130	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	19-04-23 20-04-23 21-04-23	3	09:00 - 16:00

A la decouverte de mon profil de motivation

CIBLE

Toute personne qui se pose des questions sur le sujet, qui souhaite se remobiliser (ou mobiliser) dans son travail

OBJECTIFS

- Re-donner du sens à son travail
- Alimenter son capital plaisir au regard de ses compétences, fonctions, missions, activités
- Identifier la hiérarchie de ses moteurs et agir en accord avec ses motivations profondes
- Pouvoir activer ses déclencheurs d'envie de s'engager pleinement dans une activité

CONTENU

Une approche de la motivation centrée sur le plaisir. Le SISEM ® «Self Implication Strategies for Ethics in Management» (stratégie d'auto implication pour un management éthique) part du constat que, pour réussir et s'épanouir, il est préférable d'aimer ce que l'on fait. C'est pourquoi il s'intéresse aux sources de motivation intrinsèque humaine afin de nous indiquer comment faire pour se sentir à sa place et développer ses talents.

Pour cultiver tout cela, il s'agira

- d'identifier la hiérarchie de ses moteurs et agir en accord avec ses motivations profondes
- de connaître ses déclencheurs de l'envie de s'engager pleinement dans une activité
- d'identifier objectivement les environnements propices à son épanouissement
- de connaître la nature des activités qui nous stimulent

MÉTHODE

L'ensemble des activités permettent une meilleure connaissance de soi et ainsi de se définir comme acteur·trice par l'apport théorique, la réflexion, l'analyse, la mise en situation, le partage d'expériences avec ses pair·e·s tout en laissant une place à l'expression individuelle.

FORMATRICE

Sylvie BOUCHEZ

Penser en liberté - Agir en confiance - Concrétiser en cohérence

Accompagnatrice de carrière, praticienne SISEM, formatrice FoRS (communication & développement des compétences douces 'Soft skills', Equi-développement ...). Des valeurs au cœur de la pratique : confiance, écoute, cohérence, authenticité, sens, professionnalisme, lucidité, atteinte des objectifs...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2131	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	23-05-23 06-06-23	2	09:00 - 17:00

Retrouver la motivation au travail en agissant sur son épanouissement personnel

Un bien-être à portée de main

CIBLE

Toutes les personnes appelées à travailler en équipe

OBJECTIFS

- Comprendre, questionner, réfléchir sur sa motivation, son épanouissement au travail
- Comprendre son rôle dans la démarche d'amélioration, sa motivation, le sentiment de bien-être au sein d'une équipe
- Maximiser les apports individuels et personnels afin de travailler positivement entre collègues

CONTENU

Il est très difficile de travailler au quotidien si la motivation et l'épanouissement ne sont pas présents. Et pourtant, les travailleurs·euse·s sont plus heureux·euses et plus épanoui·e·s au travail lorsqu'irradie un sentiment positif dans les équipes.
Dès lors que cette positivité est présente, ce sont directement l'institution, le personnel, les collègues et surtout les bénéficiaires qui en ressentent les effets bénéfiques.

- Le travail, une valeur épanouissante en soi ? Références théoriques sur la question et réflexion sur mon positionnement personnel
- Soi au travail, un travail sur soi : un sens personnel pour chacun·e
- Nécessité de la prise de recul, qu'est-ce qu'entrer en interdépendance avec l'équipe ?
- Mieux comprendre la motivation : le modèle de l'Autodétermination, les motivations intrinsèques, les motivations extrinsèques, les besoins principaux au travail pour alimenter ma motivation
- Mes attitudes, mes besoins, mes valeurs : choisir comment exercer mon métier, identifier mes valeurs clés et les besoins associés à ces valeurs, réfléchir alors aux actions que je peux mettre en place pour transmettre une dynamique positive dans l'équipe

MÉTHODE

Une pédagogie interactive et participative faite d'une part d'exposés théoriques, informatifs ou questionnants, et d'autre part d'exercices. Elle sera aussi alimentée par les acquis et les vécus professionnels des participant·e·s.

FORMATEUR

Xavier LIETAR
Master en psychologie clinique. Master en psychologie commerciale et industrielle. Thérapeute-Formateur-Tabacologue. Accompagnateur d'équipes dans le secteur de l'action sociale. Chargé de cours à la European Communication School.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2132	CEFORM asbl	CEFORM asbl	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	26-06-23 03-07-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN032	CEFORM asbl	2

Sens, motivation et évolution tout au long du parcours professionnel

CIBLE

Toute personne intéressée par un outil d'évolution professionnelle

OBJECTIFS

- Utiliser le feedback comme moteur de messages constructifs
- Gérer les émotions suscitées par le feedback
- Donner et recevoir un feedback de façon positive, ouverte
- Gérer les critiques de manière constructive et débloquer les situations conflictuelles
- Utiliser le feedback comme outil de communication interpersonnelle

CONTENU

Premier facteur d'amélioration de la performance et surtout de l'implication à long terme des équipes, le feedback est incontournable.
Donner un feedback formateur et constructif permet de reconnaître ses collaborateur·rice·s bien au-delà de leur compétences et de leurs missions. Véritable vecteur de développement de savoir-être et savoir-faire des collaborateur·rice·s, il permet de mieux se connaître, d'alimenter la confiance, de mesurer l'impact de son comportement, de favoriser l'épanouissement et le développement professionnel.
Il est, dès lors, indispensable d'apprendre à donner un feedback de manière constructive ainsi que d'apprendre comment gérer au mieux le feedback reçu.
Le feedback pour ...

- générer de l'engagement à la réalisation d'une mission
- cultiver une appartenance à une collectivité
- donner du sens, développer la motivation
- développer la confiance en soi, en l'équipe et dans l'organisation
- affirmer le leadership et les talents
- activer les compétences relationnelles et une communication adaptée

MÉTHODE

Les activités permettent une meilleure connaissance de soi, de se définir comme acteur·rice par l'apport théorique, la réflexion, l'analyse, la mise en situation, le jeu de rôle, l'argumentation, le partage d'expériences avec ses pair·e·s tout en laissant une place à l'expression individuelle.

FORMATRICE

Sylvie BOUCHEZ

Penser en liberté - Agir en confiance - Concrétiser en cohérence

- Accompagnatrice de carrière
- Praticienne SISEM
- Formatrice en communication et développement des compétences douces 'Soft skills'
- Equi-développement - Le cheval comme partenaire de développement

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2133	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	12-09-23 26-09-23	2	09:00 - 17:00

En quoi la motivation permet l'activation des actions?

CIBLE

Toutes personnes intéressées pour se remotiver

OBJECTIFS

- Développer la motivation de l'intervenant·e et du·de la bénéficiaire
- Apprendre les stratégies d'apprentissage nécessaires aux étapes de la vie professionnelle
- Prendre conscience des composantes de la motivation
- Pratiquer les outils et construire un processus qui prend en compte les facteurs de motivation et les bases de l'estime de soi

CONTENU

De nombreuses personnes décrochent de leurs situations quotidiennes qu'ils vivent comme complexes et difficiles car ils·elles sont démotivé·e·s et ont perdu leur estime de soi face à des difficultés rencontrées durant leur existence.
Ils·Elles deviennent anxieux·ieuses, nerveux·euses, ont des comportements de fuite ou de rejet total face à l'apprentissage, face aux changements, face aux étapes de la vie etc. Ils·Elles se braquent envers la société qu'ils·elles estiment nocive et délétère.
La construction de l'estime de soi est le ciment indispensable pour se sentir investi·e et motivé·e dans son parcours de vie.

MÉTHODE

- Méthodologie participative et active
- Présentation d'outils concrets et théoriques avec powerpoint
- Mise en situation, test, travaux en sous-groupes et analyse
- Des types de situations vécues pourront servir de base pour l'examen d'outils spécifiques; l'objectif étant que les participant·e·s aient des techniques réellement utilisables sur leur terrain professionnel

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2134	Médiations asbl	Auberge de jeunesse Van Gogh Botanique	rue traversière 8 1210 Bruxelles	07-11-23	1	09:30 - 16:00

Développement du profil professionnel individuel

CIBLE

- Toute personne ayant une fonction dans les secteurs du social, de l'éducatif,ou du pédagogique
- Avoir l'envie de s'arrêter un moment, pour réaliser une photo, un bilan de son travail, et ainsi, réaliser des choix pour son futur professionnel en utilisant le groupe comme force

OBJECTIFS

- Définir ses compétences personnelles et professionnelles
- Identifier ses forces et faiblesses
- Posséder de nouvelles pistes d'action, ou axes de travail
- Mettre en évidence ses centres d'intérêts
- Définir son projet professionnel

CONTENU

- A l'aide de la formatrice et du groupe de participant·e·s, réfléchir à qui je suis, ce que j'apprécie ou non dans mon travail au quotidien
- Identifier ses propres compétences relationnelles, conceptuelles, techniques…
- Poser un regard constructif sur ses actions professionnelles
- Mettre en avant certaines théories sur les conflits, les intelligences multiples, les émotions, les obstacles à la communication, le travail d'équipe…
- Réaliser une cartographie des possibles
- S'interroger sur son parcours de vie, sur ses choix, ses attitudes…

MÉTHODE

- Méthodes actives et créatives en partant d'expériences personnelles de chacun du groupe.
- Des mises en situation.
- Des moments d'échanges individuels.
- Des moments de réflexions collectives et personnelles.
- Des Informations théoriques venant en appui à ses propres fonctionnements.

FORMATRICE

Fabienne JASZCZINSKI

Educatrice spécialisée en accompagnement psycho-éducatif. Conseillère dans les bilans de compétences. Master en « sciences de l'éducation » filière formation des adultes. Professeure de psycho-pédagogie, de communication inter-personnelle de connaissance du métier, méthodologie du projet… chez les éducateurs. Professeure de psycho-péda, communication, activités créatives… chez les auxiliaires de l'enfance

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2135	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	17-11-23 24-11-23	2	09:00 - 16:30

Starter kit pour la maison de repos

CIBLE

Tous les professionnel·le·s quels qu'ils·elles soient s'intéressant à ou arrivant dans le monde des maisons de repos

OBJECTIFS

- Comprendre globalement le fonctionnement d'une maison de repos, les normes d'agrément et de financement
- Connaître les professions qui y gravitent et leurs apports respectifs pour l'interdisciplinarité
- Pour chaque fonction, discerner en quoi je peux y contribuer
- Mieux cerner le parcours des résident·e·s avant l'arrivée en maison de repos
- Comprendre leur vécu à cette arrivée

CONTENU

Le monde de la maison de repos

- Une maison de repos ? Histoire depuis les hospices, programmation, pouvoirs organisateurs, évolution des normes, fonctionnement, financement, normes architecturales en résumé maisons de repos, maisons de repos et de soins, résidences services, Cantous : définition et différences
- Le projet de vie : c'est quoi, à quoi ça sert?
- Les différents professionnel·le·s la maison de repos, les normes, leur rôle et le travail en interdisciplinarité
- Et moi dans ma fonction?

Arriver en maison de repos

- Les raisons de l'entrée en maison de repos pour les personnes âgées et leurs proches
- Les parcours préalables à l'entrée
- Le panel des aides à domicile, les différentes professions, leurs rôles et leurs limites
- Les limites de la vie à domicile et les raisons de l'entrée en maison de repos
- L'entrée en maison de repos : comprendre le vécu des personnes âgées et de leurs proches
- L'accueil d'un·e résident·e
- La place des familles en maison de repos et quels liens je vais entretenir avec ces familles?
- Une journée type en maison de repos.
- Les enjeux liés à l'entrée et le rôle de l'institution.

MÉTHODE

Travail de groupe, travail sur des situations vécues, échanges et structuration + mise en lumière par des apports théoriques.

FORMATRICE

Caroline GUFFENS

Formatrice sur base de son expérience professionnelle dans les maisons de repos et des ses formations en direction de maison de repos, en droit, en éthique et en gérontologie. Ce profil complet lui permet de donner des formations ancrées dans des connaissances théoriques et concrètes. Ancienne directrice de maison de repos et juriste, elle connait très bien le monde des maisons de repos et est fréquemment amenée à intervenir sur le sujet et à participer à des groupes de réflexion. Elle a délivré les formations sur cette thématique depuis toujours.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2136	le Bien Vieillir Asbl	le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	25-05-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN033	le Bien Vieillir Asbl	1

La boîte à outils du changement

CIBLE

Coordinations et responsables d'équipe

OBJECTIFS

- Analyser son organisation de façon systémique et identifier les changements pertinents à y apporter
- Créer et mettre en place un processus de changement adapté à ses besoins et à sa réalité
- Identifier les obstacles et les résistances au changement et construire des actions pour les surmonter
- Impulser et communiquer une culture positive du changement

CONTENU

- Définir le concept de « changement » et les éléments qui l'impulsent
- Découvrir les différents types de changement et les processus qui les induisent
- Découvrir l'approche systémique et les outils pour la mettre en place
- Faire un état des lieux de son organisation et imaginer un projet de changement
- Découvrir les 5 facilitateurs du changement
- Découvrir les types de résistances et les moyens pour les surmonter
- Découvrir les différentes phases d'acceptation du changement
- Concevoir et opérationnaliser son projet de changement

MÉTHODE

Au niveau pédagogique, le dispositif est orienté vers la pratique puisqu'il débouche sur la création d'un projet concret à mettre en place. Au cours du module, le formateur propose des aller-retour entre la théorie et la pratique pour que les participant·e·s puissent réinvestir les contenus sur leur processus. La thématique étant relativement complexe, le formateur proposera des apports conceptuels. Ceux-ci auront pour but de donner des grilles de lecture en vue de créer des actions concrètes, efficaces et éclairées. Enfin, ce dispositif s'inscrit dans la lignée des pédagogies actives avec de nombreuses phases de construction collective, de mise en pratique et des échanges.

FORMATEUR

Guillaume HANNECART

Formateur chez Cap Action; la pédagogie, les neurosciences, le management, l'accompagnement au changement et les supervisions d'équipes sont ses domaines de prédilection.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2137	CAP ACTION	Les Cayats	rue de Monceau-Fontaine 42/1 6031 Monceau-sur-Sambre	16-03-23 30-03-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN034	CAP ACTION	2

Apprendre à déléguer

CIBLE

Toute personne souhaitant améliorer ses compétences de manager ou responsable d'équipe, dans le domaine de la délégation

OBJECTIFS

- Définir les critères de succès d'une délégation efficace
- Identifier les freins à la délégation
- Créer les conditions favorables pour une délégation efficace
- Adapter son style de délégation auprès de chaque collaborateur·trice
- Déléguer pour développer la motivation et l'autonomie de son·sa/ses collaborateur·trice·s

CONTENU

- Définition du cadre de la délégation
- Les règles d'or de la délégation
- Distinguer faire-faire et déléguer
- Les styles de délégation
- Faire de la délégation un vecteur de motivation et d'autonomie
- Comment structurer les entretiens de délégation
  - Traduire la mission en objectif
  - Préciser les modalités de mise en œuvre de la délégation
  - Clarifier les règles du jeu de la délégation
  - Comment assurer le suivi
  - Gérer les situations d'échec et de réussite pendant et à l issue de la délégation
  - Evaluer la réussite de la délégation

MÉTHODE

Cette formation permettra aux participant·e·s de développer des outils personnels, pertinents et efficaces en vue d'exploiter au mieux les compétences inhérentes à la fonction de manager ou responsable d'équipe. Plus particulièrement pour la compétence de délégation.
Dans cette formation, nous travaillerons à partir de l'expérience de chacun·e et de situations vécues.
Nous ferons des exercices de groupes et des jeux de rôle afin d'affiner la possibilité d'être à l'écoute de la position des autres, d'identifier nos ressources, nos résistances et nos limites ainsi que de développer les compétences liées à la thématique.

FORMATEUR

Marcel BLOCHOUSSE
Psychopédagogue, spécialiste de la formation d'adultes et formateur de formateurs·trices.
Responsable de services formation, chef d'équipe (formateur CECOTEPE)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2138	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	09-02-23 10-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN035	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Gestion d'équipe : L'ennéagramme : une démarche novatrice pour améliorer la gestion d'équipe !

CIBLE

Toute personne amenée à animer une équipe (responsable d'équipe, coordinateur·trice, éducateur·trice, formateur·trice, travailleur·euse social·e…)

OBJECTIFS

- Découvrir la dynamique des neufs profils définis par l'ennéagramme
- Comprendre les motivations, besoins et résistances de chaque profil
- Identifier son propre profil et son impact dans la gestion d'équipe

CONTENU

Tout·e responsable d'équipe est amené·e à gérer des relations qui, parfois, coulent de source et qui, parfois, le·la désarçonnent ! Comment motiver, comprendre les résistances, piloter le changement en tenant compte des personnalités parfois si différentes appelées à travailler en équipe ?
L' ennéagramme décrit neuf profils de la personnalité. Chacun·e a des besoins et motivations spécifiques qui ont un impact puissant sur les comportements automatiques. Le travail ennéagramme débute avec la mise en place de la capacité d'auto-observation et développe des attitudes de non-jugement, de neutralité et de bienveillance tant par rapport à soi que par rapport à l'autre.
Il donne des clés puissantes pour comprendre les personnes constituant nos équipes. Cette démarche permet d'élargir notre choix de réactions afin de rester ancré et pouvoir s'ajuster aux situations délicates de la vie d'équipe.

MÉTHODE

A partir d'un questionnaire, d'exercices variés et d'échanges, chacun·e est invité·e à découvrir son profil ennéagramme et celles·ceux avec qui il a des liens. Les échanges d'expériences permettront de s'approprier l'outil dans la gestion d'équipe.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Responsable et formatrice du secteur Animation de Groupe du CFA, formée au Centre d'Etudes de l'Ennéagramme, Paris / Certifiée « Halin Prémont Enneagram Institut Indicator », Louvain-la-Neuve

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2139	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'eau 8 1410 Waterloo	23-03-23 24-03-23 30-03-23	3	09:30 - 16:30

« Faire équipe » Expérimentations et explorations collectives

CIBLE

Tout·e travailleur·euse du secteur de l'animation, professionnel·le·s de l'accueil d'enfants et de jeunes , désireux·euses de s'interroger sur la notion de travail en équipe

OBJECTIFS

- Appréhender les bases de la gestion d'équipe, mais aussi de la conduite de projet(s) : communication, leadership et management, différents types de postures professionnelles, conduite de réunion, gestion de conflit, planification, cohésion...
- Repérer dans leurs pratiques quotidiennes des éléments liés à leur organisation de travail à améliorer, et ce, à différents niveaux (avec des pistes concrètes à mettre en application)
- Expérimenter différents rôles/différentes postures liés à la gestion d'équipe via des mises en situation et/ou jeu de rôles. Cela permettra notamment de travailler la décentration, mais aussi la prise de recul
- Appréhender les concepts de pouvoir, d'autorité, d'influence et de leadership

CONTENU

- Qu'est-ce qu'une équipe ? Comment fonctionne-t-elle ?
- Quelles sont les compétences utiles à la gestion d'équipe et comment les travailler ? Les éléments suivants seront travaillés : communication, gestion de conflit, planification, délégation, répartition des tâches, feed back, motivation, accompagnement du changement
- Comment trouver sa place dans une équipe, en fonction des besoins du service, de sa fonction et de sa personnalité

Chaque sous-thématique de la formation sera affinée d'un point de vue théorique, d'un point de vue échanges de pratiques, mais aussi d'un point de vue «mise en situation et/ou jeu de rôle». Pour ce faire, nous utiliserons différentes grilles d'analyse (systémique, organisationnelle, institutionnelle...)

MÉTHODE

L'approche pédagogique s'inspire de l'éducation populaire via :

- le travail de situations concrètes
- la co-construction des savoirs par les participant·e·s
- des méthodes participatives
- des démarches inductives

Des apports théoriques seront apportés au fur et à mesure du travail d'explorations collective, en fonction des besoins / attentes.

FORMATRICE

Nadia BODART

Diplômée en communication, formée en systémique et en socianalyse, est animatrice-formatrice et chargée de projet au C-paje depuis 2012.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2140	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	C-paje	rue Henri Maus 29 4000 Liège	06-04-23 13-04-23 20-04-23 27-04-23	4	09 :00 – 16 :00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN036	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	4

Gérer une équipe, tout un programme !

CIBLE

Responsables de petites et moyennes équipes, de groupes de travail, de projets...

OBJECTIFS

- Développer les conditions pour former une équipe qui collabore, agir de manière à réduire les tensions dans l'équipe
- Mieux connaître les atouts et les faiblesses de son style de management
- Adapter son style de management à ses collaborateur·trice·s
- Savoir donner du feedback constructif
- Développer et soutenir la motivation

CONTENU

- Développer son équipe :
  - favoriser les conditions pour une équipe qui collabore
- Mieux se connaître en tant que responsable :
  - les tâches diverses du·de la responsable : communiquer, motiver et orienter
  - quel type de responsable êtes-vous ? Analyse de profil
- Motiver ses collaborateur·trice·s les principaux leviers de motivation
  - découvrir le niveau de maturité de ses collaborateur·trice·s s'adapter à chaque situation et collaborateur·trice : le Leadership situationnel
- Donner du feedback :
  - recadrer positivement
  - émettre une critique constructive
- Gérer le relationnel :
  - faire face à des personnalités difficiles
  - prendre en compte les besoins
  - agir de manière à réduire les tensions
  - intervenir dans les conflits entre ses collaborateur·trice·s...

MÉTHODE

Méthodes essentiellement interactives : informations théoriques, tests d'autoévaluation, analyses de situations réelles ou de cas proches de la réalité, réflexions et débats, exercices individuels et en groupe, mises en situation à partir du vécu des participant·e·s, jeux de rôle filmés…

FORMATRICE

Caroline HAMAIDE

Formatrice Soft skills, people management, communication inter-personnelle, formation de formateur·trice·s depuis près de 10 ans. Longue expérience diverse en communication et journalisme écrit, radio et TV.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2141	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	25-05-23 01-06-23 08-06-23	3	09 :00 – 16 :30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN037	Bruxelles Formation | BF entreprises	3

Kit de survie pour gérer et animer son équipe sereinement

CIBLE

Toute personne qui va ou vient de prendre en charge la gestion d'une équipe, mais aussi tou·te·s ceux·celles qui ont déjà une expérience en management et qui souhaitent renforcer leur pratique.

OBJECTIFS

- Se situer par rapport à la fonction et au rôle de responsable d'équipe (et adopter quelques petits trucs et astuces pour mieux se positionner dans cette fonction)
- Comprendre les notions de pouvoir, d'autorité et de leadership et identifier le mode de management le plus adapté suivant le contexte
- Comprendre les écarts qui peuvent exister entre ce qu'on demande/attend de l'équipe et la réalité (et avoir des pistes pour y remédier)
- Mettre en place (à son niveau) les éléments de cadre ou d'attitude nécessaires pour prévenir les conflits, susciter la participation et la motivation de l'équipe

CONTENU

- La fonction de gestionnaire d'équipe et les différents rôles à tenir au sein de son organisation
- Pouvoir, autorité, leadership et notions de management situationnel
- Encadrer l'équipe
  - Fixer des objectifs et formuler ses attentes
  - Mesurer l'atteinte des objectifs et identifier la nature des écarts possibles
  - L'art de donner des feedbacks (ou de recadrer si nécessaire)
  - Accompagner et soutenir les équipes et être capable de gérer les conflits
- Instaurer un cadre organisationnel propice à la motivation des membres de l'équipe, à la participation et à l'évolution des projets
- Temps de partages d'expériences pour échanger autour de difficultés rencontrées

MÉTHODE

- Une pédagogie interactive et participative ayant pour but d'amener à prendre du recul sur la pratique professionnelle
- Les différents concepts seront transposés en formation dans les réalités institutionnelles respectives en vue de favoriser l'appropriation des apprentissages. L'échange de bonnes pratiques sera aussi encouragé via des temps d'intervision visant à amener une difficulté particulière en lien avec les contenus abordés et profiter ainsi de la richesse de l'intelligence collective.

FORMATRICE

Barbara FLANDROIT

Titulaire d'un master en communication, formée aux méthodes de la sociocratie. A dirigé des projets et des équipes dans des organisations à finalité sociale ou culturelle avant d'accompagner les travailleur·euse·s du non-marchand dans le développement de leurs compétences.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2142	CEFORM	CRES	route d'Obourg 30 7000 Mons	02-06-23 09-06-23 23-06-23	3	09 :30 – 16 :30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN038	CEFORM	3

Les bases du coaching pour manager son équipe

CIBLE

Toute personne étant amenée à manager une équipe, les responsables d'équipe ou de service

OBJECTIFS

- Connaître les bases du coaching
- Transformer peurs et croyances en leviers de changement pour augmenter son potentiel
- Utiliser des outils efficaces pour booster la confiance en soi et celle de son équipe
- Développer la posture de manager-coach pour un management bienveillant
- Identifier les conditions favorisant l'épanouissement professionnel et le bien-être au travail

CONTENU

La formation comprend 4 modules pour une intégration progressive des bases du coaching pour un leadership efficace.

- Moi et mes collaborateur·trice·s :
  - Positions de vie
  - Cadre de référence
  - Intelligences multiples
- Bien-être au travail :
  - La pleine conscience
  - La gestion des émotions
  - Le pouvoir des mots sur moi et sur les autres
- Confiance en soi (pour moi et mon équipe) :
  - La pyramide de la confiance en soi
  - Les croyances limitantes
  - Les signes de reconnaissance
- Motivation et performance :
  - Le cycle de l'autonomie
  - Outils pour développer son potentiel et celui de ses collaborateur·trice·s

MÉTHODE

La démarche pédagogique est basée sur l'expérimentation d'outils de coaching. Ce module se veut avant tout motivant et pratique. Les participant·e·s repartiront avec des outils concrets pour pouvoir poser au sein de leur équipe les bases d'un management bienveillant favorisant motivation, performance et épanouissement de tous.

FORMATRICE

Stéphanie OEYEN

Licenciée et agrégée en communication, formatrice, coach et fondatrice d'Acteurs positifs, formatrice pour le CECOTEPE asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2143	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	18-09-23 25-09-23	2	09 :00 – 16 :00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN039	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Gestion d'équipe MBTI : mieux se connaître pour mieux gérer une équipe

CIBLE

Toute personne amenée à animer un équipe (responsable d'équipe, coordinateur·trice, éducateur·trice, formateur·trice, travailleur·euse social·e…)

OBJECTIFS

- Identifier son profil de responsable d'équipe : ses ressources et ses limites
- Repérer son style de leadership privilégié et son impact dans la gestion d'un groupe

CONTENU

Gérer une équipe, c'est tout un art ! Et parfois, ça coince ! Tout·e responsable d'équipe peut être déstabilisé par certaines réactions des membres de l'équipe
Stimuler les projets, donner du feed-back, prévenir et gérer les tensions nécessite une connaissance fine des relations humaines
La théorie des types psychologiques de Carl Jung permet de comprendre en quoi le profil de personnalité détermine des comportements qui nous semblent parfois tellement différents des nôtres ou de nos attentes
Cette démarche décrit en finesse les besoins de chacun dans les processus fondamentaux de la vie et du travail : la prise de décision, le recueil des informations, la motivation et la gestion du temps et de l'espace.

MÉTHODE

La démarche, basée sur l'expérience des participant·e·s, est présentée de manière variée. Nous utiliserons comme tremplin de départ un questionnaire jungien, le HPJI (Indicateur Jungien Halin Prémont).

FORMATEUR·TRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Responsable et formatrice du secteur animation de groupe et relations humaines du Centre de Formation d'Animateurs, certifiée MBTI ECPA, Osiris Conseil, Paris

Pierre-Alain GERBEAUX
Formateur en animation de groupes et relations humaines au CFA, Certifié HPJI au Halin Prémont Enneagram Institut, Louvain-la-Neuve

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2144	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	07-12-23 08-12-23 12-12-23	3	09:30 - 16:30

Mener des entretiens individuels professionnels

L'art d'encourager le dialogue

CIBLE

Responsables d'équipe ou RH

OBJECTIFS

- Cerner les éléments sous-jacents d'une situation d'entretien
- Appréhender avec davantage d'aisance la conduite d'entretiens professionnels
- Mettre en pratique des outils et techniques pour mener les entretiens de manière constructive et efficace

CONTENU

L'entretien, une question de communication :
Ce programme veillera à identifier les attitudes verbales et non verbales, ainsi que les différents mécanismes à l'œuvre dans les situations d'interactions et plus particulièrement en entretien professionnel. Nous verrons comment cela peut influencer la perception et la réaction des « personnes receveuses ».

- La structure de l'entretien
- Nous découvrirons comment préparer adéquatement un entretien professionnel et séquencer celui-ci de manière à l'optimiser
- L'écoute active et les techniques de questionnement :
- Cet axe de formation visera à apprendre comment gérer l'échange lors d'entretiens semi-structurés. Ce, en exploitant différentes techniques éprouvées en milieu professionnel.
- Les participant·e·s auront l'occasion de s'exercer aux techniques découvertes dans ce module, par le biais de mises en situation concrètes.
- Des feedbacks personnalisés leur permettront de connaître à la fois leurs points forts et axes de développement
- Évaluation

MÉTHODE

La formation s'appuiera sur une pédagogie active qui favorisera les interactions entre les participant·e·s et les amènera à partager leur vécu. Elle comportera des apports théoriques issus de la psychologie sociale. Des cas pratiques et des jeux de rôle faciliteront l'intégration des apprentissages.

FORMATRICE

Murielle SLAVIERO
Psychologue du travail. 20 ans d'expérience en développement des ressources humaines et consultations psychologiques axées sur la sphère professionnelle

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2145	CITES Clinique du stress	ISOSL site Agora	rue Montagne Sainte Walburge 4a 4000 Liège	16-11-23 30-11-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN040	CITES Clinique du stress	2

Génération Y : comprendre et communiquer au-delà des préjugés

CIBLE

Tout public, toute personne encadrant ou travaillant avec un·e jeune de la génération Y

OBJECTIFS

- Acquérir des clés de lecture et de compréhension des comportements des générations X et Y dans un cadre professionnel
- Développer ses aptitudes communicationnelles dans ce cadre
- Identifier les méthodes d'apprentissage, de motivation et d'encadrement professionnel adaptées à ces publics
- Découvrir et tester de nouvelles pratiques

CONTENU

- Les contours de la génération Y : ce qu'elles sont, ce qu'elles ne sont pas
  - Ses caractéristiques principales
  - Les générations « Y, Z » et « nous »
  - Prise de conscience des différences
- Communication et interactions avec les générations Y
  - Utiliser la différence pour renforcer la relation
  - Construire un relationnel basé sur des valeurs communes
  - Renforcer la cohésion d'une équipe intergénérationnelle
- Les ressorts de la motivation des jeunes dans un contexte professionnel
  - Comprendre les attentes et motivations de la génération Y au travail
  - Comprendre les Y face au travail et à l'entreprise, leurs valeurs
  - Comprendre leurs motivations réelles face à l'entreprise
- Manager, encadrer les générations Y
  - Intégrer les modes relationnels, leur rapport à la hiérarchie, à l'autorité
  - Adopter une posture managériale adaptée à la génération Y

MÉTHODE

- Alternance des modes de participation : une part importante de la formation se fera sous forme de jeux, de partage, de réflexions individuelles et en groupe sur des cas proposés, sur les réactions des jeunes générations, le management de ces générations ; de projection de vidéo, de quizz, échanges avec les participant·e·s à propos de leur vécu, questionnement et difficultés…
- La formation comprendra également des mises en situation, selon le vécu des participant·e·s et des synthèse/reformulation par l'animatrice dans l'objectif de rechercher des solutions appropriées aux problèmes concernés.

FORMATRICE

Nathalie FABBRO

Depuis 2006, formatrice et coach en communication interpersonnelle, en charge de divers domaines soft skills, tutorat, formation de formateur·trice, techniques de communication, assertivité, gestion de conflits...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2146	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	20-03-23 27-03-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN041	Bruxelles Formation | BF entreprises	2

Générations X et Y, sommes-nous si différent.e.s ?

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Développer une démarche réflexive assortie d'outils d'analyse et de pratique professionnelle
- Favoriser la cohabitation et la compréhension entre générations
- Permettre l'ajustement et développer le savoir vivre au sein des institutions
- Identifier, mobiliser et déployer le potentiel de chaque génération
- Permettre de prendre en compte les attentes respectives de chaque génération

CONTENU

- Définition et élaboration du profil de la génération Y : Neet's - Jeunes travailleur·euse·s - Public cible - Collaborateur·trice·s
- Elaboration et connaissance des attentes de la génération Y
  - Trouver un équilibre entre sa vie professionnelle et privée
  - Cohérence entre le projet professionnel et le projet personnel (raisons d'être et partage de vision)
  - Efficacité et développement de compétences
- Situer le cadre d'accrochage et de décrochage aux dispositifs dans un cadre institutionnel élargi :
  - Identifier et analyser les facteurs de risques de décrochage
  - Comprendre le processus d'intégration dans les structures
  - Adopter un management adapté à l'accueil et aux besoins de ces nouveaux profils
  - Participer et encourager « la transformation » institutionnelle
- 5 points d'attention :
  - Assurer un sens commun
  - Permettre le développement personnel et des compétences
  - Développer le modèle du leadership distribué et du management participatif
  - Permettre un mode de travail souple et permettant l'émergence de défis
  - Développer une communication franche et des feedbacks réguliers
- S'approprier les concepts et analyser son contexte professionnel :
  - Outils et méthodes favorisant l'intégration et la cohabitation de plusieurs générations au travail
  - Motivation

MÉTHODE

- Approche interactive utilisant les principes de l'intelligence collective
- Partage d'expériences et alternance entre les apports théoriques et pratiques

FORMATRICE

Adrienne DE DURAND DE PREMOREL

Responsable de projet Mirena, Namur – Coaching et accompagnement de jeunes demandeur·euse·s d'emploi en situation précarisée. Spécialisée en accrochage scolaire et social.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2147	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	01-06-23 08-06-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN042	PSDD asbl	2

Groupe d'intervision visant le soutien et le co-développement professionnel des responsables d'équipe

CIBLE

Toute gestionnaire d'équipe

OBJECTIFS

- Permettre l'expression et l'identification des difficultés rencontrées dans la pratique de responsables d'équipe
- Amener une analyse réflexive individuelle et collective sur les situations rencontrées
- Renforcer les compétences au travers des échanges et des partages de bonnes pratiques
- Prendre du recul et du temps de réflexion en vue d'identifier des moyens de résolution des difficultés rencontrées et imaginer d'autres solutions possibles
- Consolider son réseau ainsi que les mécanismes d'entraide

CONTENU

- Créer un espace sécure permettant aux responsables d'équipe d'échanger entre eux·elles autour de leur pratique et d'obtenir ainsi du soutien mutuel
- Permettre une mise en réflexion autour de questions, problématiques et difficultés propres à cette fonction, dans un mécanisme d'entraide
- Faire émerger des pistes pertinentes d'actions au départ des analyses collectives

NB : Le choix des contenus sera traité en séance et fixé de manière collégiale et participative sur base des situations-problèmes apportées par les membres du groupe.

MÉTHODE

- Poser le cadre de confiance permettant le dépôt des difficultés et l'échange de leurs bonnes pratiques.
- Permettre l'activation de l'intelligence collective et ajuster les méthodes aux sujets à traiter de manière à correspondre au mieux aux besoins d'apprentissage.

FORMATRICE

Barbara FLANDROIT

Licenciée et agrégée en communication, formée aux méthodes de la sociocratie, à l'évaluation interne et à la gestion de projets, expérimentée notamment en analyse et mise en place d'outils de gestion des ressources humaines et de développement des compétences. A dirigé des projets et des équipes dans des organisations à finalité sociale.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Demi-jours	Horaire
F2148	CEFORM	CRES	route d'Obourg 30 7000 Mons	08-09-23 25-09-23 20-10-23 10-11-23 01-12-23 22-12-23	6	09:30 - 12:30

Des retours qui nourrissent - art et pratique du feedback

CIBLE

Responsables d'équipes ou de projets

OBJECTIFS

- Instaurer une culture du feedback dans les groupes dont il·elle a la responsabilité
- Donner un feedback bienveillant, pertinent et constructif
- Utiliser différentes formules de feedback selon le temps disponible et le contexte
- Mettre en route un plan d'actions pour créer des espaces de feedback et les maintenir de façon durable
- Questionner sa posture quand il·elle donne ou reçoit du feedback

CONTENU

- Comment donner du feedback
  - Conditions de succès
  - Donner des OSCAR, et leurs variantes
  - Exercices pratiques
  - Découverte et test de techniques de feedback positif
  - Feedback d'amélioration : à cibler et encadrer
  - Exercices pratiques
  - Feedback tip top
- Comment recevoir du feedback
  - Exercice d'introspection et de distanciation pour prendre les pistes d'apprentissages et rendre ce qui ne nous appartient pas.
- Et concrètement ?
  - Exercice personnel et bonification collective pour construire un plan d'actions pour la mise en route ou l'alimentation de la culture du feedback dans son organisation.
- Clin d'œil final

MÉTHODE

- Comme dans toutes les formations proposées par Zoupitizoup, le principe est de mettre les participant·e·s en action, en réflexion et en émotion, via des étapes ludiques et participatives. Les outils se découvrent par l'expérience, des échanges et des moments plus créatifs.
- Outre les apprentissages avec lesquelles vous repartirez, vous passerez un moment ressourçant et porteur de bien-être.
- La posture de Trainer-Coach de la formatrice permet de partir directement de votre expérience et de vous proposer des outils adaptés à votre contexte et vos difficultés personnelles et structurelles

FORMATRICE

Nathalie GILLY

Formatrice, coach et facilitatrice, Nathalie se spécialise en communication bienveillante et en intelligence collective. Enseignante de formation certifiée en management associatif, elle a notamment travaillé pendant 13 ans dans une association d'éducation permanente Elle exprime depuis quatre ans son talent pour susciter cohésion et bien-être grâce à la dynamique joyeuse de Zoupitizoup. Le mot vous intrigue ? Confiez-le à votre moteur de recherche préféré pour découvrir ses trésors. :-)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2150	Zoupitizoup	Bibliothèque de l'Espace Carême	rue du Chapelain 1 - 7 1070 Bruxelles	20-04-23	1	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN043	Zoupitizoup	1

Comment doper la motivation au quotidien?

CIBLE

Tout public, quel que soit le secteur d'activité

OBJECTIFS

- Connaître les divers types de besoins, les identifier et être capable de les formuler
- Maîtriser le concept « motivation » et reconnaître les moteurs et freins de motivations
- Identifier les éléments majeurs qui démotivent dans l'activité professionnelle
- Elaborer une liste d'éléments concrets à travailler, fixer ou demander des objectifs motivants
- Demander des feedbacks constructifs, recevoir et analyser une critique

CONTENU

- Définir la motivation
- Origine de la motivation et de ce qui la guide
- Développement de son institution idéale au niveau : du public, des contacts avec ses supérieurs, des contacts avec ses collègues, du matériel et de l'organisation
- Analyse de ses propres besoins et compréhension des besoins des autres sur base du test SACRE
- Idées et croyances erronées quant aux facteurs de motivation, que dit la littérature ?
- Pourquoi et comment perd-t-on sa motivation au travail ?
- Quels sont les éléments déclencheurs et comment y faire face ?
- Réfléchir autour de sa propre motivation et des facteurs qui nous démotivent
- La motivation et le stress. Des pistes concrètes pour mieux gérer son stress
- Développer son sentiment d'efficacité personnel
- Arrêter la procrastination, arrêter avec les excuses et de reporter tous les problèmes sur les autres, responsables, collègues…
- Les 8 commandements pour rester motivé
- Comment donner du sens à son travail ?
- L'assertivité comme outil de collaboration pour gérer les conflits
- Des feedbacks constructifs pour avancer
- Eviter les barrages à la communication en proposant une écoute motivante
- Obtenir et formuler des objectifs motivants

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Partage de vécus
- Mise en situation
- Exercices de groupe

FORMATRICE

Sylvie FLAHAUT

Psychothérapeute, hypnothérapeute et coach. Depuis toujours passionnée par l'humain, elle accompagne les personnes vers un mieux-être, une découverte de soi, l'écoute de soi et une relation aux autres harmonieuse. Formée à la PNL, l'Analyse transactionnelle, l'hypnose, la Communication Non Violente et les neurosciences, elle a sa propre école de formation de coachs professionnels. Elle travaille sur les savoir-être des personnes et des équipes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2151	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	08-09-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN045	SARAH	1

Une équipe qui coopère : pourquoi, comment ?

CIBLE

Toute personne travaillant occasionnellement ou de manière permanente au sein d'une équipe psycho-sociale ou socio-culturelle, disposant ou non d'un statut d'encadrement

OBJECTIFS

- Identifier les conditions et comportements qui favorisent la coopération au sein d'une équipe ou entre partenaires
- Augmenter le niveau d'implication des membres de l'équipe et la solidarité de ces derniers
- Découvrir les possibilités de stratégies de prévention des risques psycho-sociaux dans le travail en équipe
- Développer ses compétences relationnelles en réfléchissant à son mode de fonctionnement dans le travail en équipe

CONTENU

Gestion de projet, partenariat, interdisciplinarité, réunion d'équipe ; les travailleur·euse·s du secteur non marchand sont régulièrement amené·e·s à travailler collectivement à un objectif commun. Néanmoins, travailler en équipe ne va pas de soi et cela est d'autant plus vrai dans notre société où chaque individu est poussé à l'autonomie, l'isolement et la compétition.

MÉTHODE

La pédagogie utilisée se veut active. Elle comprend quatre phases successives nécessaires au développement des compétences relationnelles :

1. Expériencier (experiencing) : les participant·e·s vivent l'exercice, la mise en situation ou présentent une situation critique professionnelle;
2. Mettre en commun (publishing)
3. Evaluer (processing) : les participant·e·s explorent la mise en commun et généralisent le vécu de l'exercice sur base de principes ou concepts plus théoriques amenés par la formatrice;
4. Appliquer (applying) : consiste à transférer l'apprentissage acquis en envisageant comment l'appliquer dans des situations professionnelles ultérieures.

FORMATRICE

C. STEVENY
Licenciée en psychologie, maître-assistante à Haute Ecole de la Province de Liège, notamment dans le master en prévention et gestion des conflits. Formatrice depuis plus de 10 ans, elle accompagne les équipes du secteur non marchand dans tout ce qui concerne le travail en équipe - formatrice CECOTEPE asbl

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2152	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	02-10-23 09-10-23 13-11-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN046	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	3

Travail en équipe : L'ennéagramme : un levier pour valoriser nos différences en équipe

CIBLE

Toute personne désirant améliorer sa vie en équipe et sa communication avec autrui

OBJECTIFS

- Découvrir la dynamique des neufs profils définis par l'ennéagramme
- Identifier son propre profil et son impact dans le travail d'équipe

CONTENU

Dans toute équipe de travail, les différences de personnalité sont souvent sources de tensions exprimées ou latentes.
L'Ennéagramme décrit neuf profils (ou bases) de la personnalité et neuf chemins d'évolution. Chacun·e de nous privilégie une des bases et développe au cours de sa vie des contacts spécifiques avec d'autres bases. Chaque base a sa manière propre de percevoir le monde et de réagir aux événements.
Ce travail donne des clés pour mieux gérer notre réactivité immédiate face à l'autre, qui nous déroute, nous surprend ou nous irrite parfois profondément.

MÉTHODE

A partir d'un questionnaire, d'exercices variés et d'échanges...chacun·e est invité·e à découvrir son profil ennéagramme et ceux avec qui il·elle a des liens.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Responsable et formatrice du secteur Animation de Groupe du CFA, formée au Centre d'Etudes de l'Ennéagramme, Paris / Certifiée « Halin Prémont Enneagram Indicator », Louvain-la-Neuve

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2153	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	12-10-23 13-10-23 19-10-23	3	09:30 - 16:30

Gestion d'équipe : «Ennéagramme et pratique professionnelle» niveau 2

CIBLE

Tout·e responsable d'équipe ayant participé au module de base : « L'ennéagramme une démarche novatrice pour améliorer la gestion d'équipe ! »

OBJECTIFS

- Elargir sa panoplie de comportements possibles dans la gestion d'équipe
- Améliorer sa communication avec chacun·e des acteur·trice·s de son asbl

CONTENU

Réussir un feed-back, formuler une demande efficace, offrir des challenges réalistes, piloter le changement...
La personnalité de tout·e responsable a un impact sur sa manière de gérer l'équipe : certains comportements sont adéquats, d'autres moins. La puissance de l'ennéagramme se situe dans sa démarche dynamique. A chaque profil correspond un chemin d'évolution spécifique. En effet, chacun·e a des contacts avec 4 autres profils, ressources qui lui permettent d'élargir sa gamme de comportements pour répondre à la diversité des situations de management. Ce travail intensif sur soi permet de passer de la «réactivité automatique à la réponse choisie» face aux exigences de la gestion d'une équipe.

MÉTHODE

Sur base des difficultés rencontrées mais aussi des défis relevés, cette formation offre un espace d'échanges et d'analyse avec des professionnels vivant une réalité souvent similaire.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Responsable et formatrice du secteur Animation de Groupe du CFA, formée au Centre d'Etudes de l'Ennéagramme, Paris / Certifiée « Halin Prémont Enneagram Indicator », Louvain-la-Neuve

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2154	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	16-11-23 17-11-23 21-11-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN047	Centre de Formation d'Animateurs	3

Approches corporelles et techniques de relaxation dans la gestion des émotions et du stress

CIBLE

Toute personne du secteur non marchand (principalement des travailleurs sociaux)

OBJECTIFS

- Identifier les facteurs qui rendent une situation stressante pour soi
- Découvrir différentes pistes pour prévenir le mauvais stress et susciter des émotions positives
- Apprendre à garder ses distances sans perdre son empathie
- Apprendre à (di-)gérer le stress et les émotions par l'approche psychocorporelle de la « relaxation-méditative »

CONTENU

Partir de et revenir à la réalité de terrain des travailleurs à travers diverses approches corporelles et techniques de relaxation/méditation : pleine conscience, relaxation profonde, stabilisation de l'attention, balayage corporel, ancrage dans l'ici-maintenant à travers la concentration sur la respiration, méditation ouverte, métacognition, etc.

MÉTHODE

- Nombreux temps de pratique
- Démonstration du «pouvoir» du non-agir à partir de vécus problématiques
- Jeux de rôles
- Travail en sous-groupes
- Partage d'expérience en intervision/supervision

FORMATEUR

Julien DUPUIS
Psychologue, psychothérapeute, consultant, ethno psychologue, formateur

Etienne ALGRAIN
Consultant, thérapeute, praticien autohypnose, hypnose, formateur

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2162	COCOON	Objectif Plénitude	rue des bluets 13 4100 Seraing	27-03-23 28-03-23 30-03-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN048	COCOON	3

La colère, une émotion à apprivoiser

CIBLE

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant apprendre à mieux se connaître et mieux comprendre, canaliser, gérer et transformer cette émotion qu'est la colère.

OBJECTIFS

- Identifier les signes avant-coureurs de la colère (en moi et chez l'autre) et les situations susceptibles de l'éveiller selon la sensibilité, les valeurs et les besoins de chacun·e
- Comprendre et gérer au mieux la colère (la mienne, celle de l'autre) : agir plutôt que réagir
- Exprimer ses émotions et ses besoins de façon positive et favoriser la bienveillance vis-à-vis de soi et des autres
- Prendre conscience des impacts de l'expression de la colère tout comme des impacts de son refoulement
- Repérer les besoins non comblés qui se cachent derrière la colère et favoriser la communication assertive

CONTENU

- La colère : son utilité, ses mécanismes et ses manifestations
- Les modifications corporelles liées à la colère
- La dépendance biochimique à l'énergie de la colère dont souffre les personnes colériques
- De l'interdit de la colère à l'accueil des émotions et des besoins (en passant par l'écoute du corps et l'accueil de ses ressentis)
- L'axe de la colère : entre le refoulement et la colère noire qui détruit, comprendre les mécanismes de survie, les peurs et envisager la voie du milieu
- La colère, le temps, le pardon
- Comprendre, se protéger et gérer la colère de l'autre selon certaines situations et selon les publics spécifiques (présentation de cas par les participant·e·s)
- Reprendre la pleine responsabilité de sa colère. Les étapes de l'écoute empathique et auto-empathique
- Utiliser l'énergie de vie de la colère afin de préserver son intégrité, de pratiquer une communication bienveillante et d'établir des relations positives
- Adapter ses comportements et prendre du recul face aux tensions et frictions du quotidien
- Exercices

MÉTHODE

- Exposés
- Techniques de respiration et de relaxation dynamique
- Mises en situation
- Partage d'expériences
- Exercices individuels et exercices en binôme, échanges en grand groupe

FORMATRICE

Anne-Gaëlle BAUDOT

Assistante sociale en milieu hospitalier, licenciée en travail social, Anne-Gaëlle est formée en soins palliatifs et en communication non violente (CNV). Massothérapeute depuis 15 ans également, elle accompagne par le toucher des personnes fragilisées (grand âge, maladie, deuils, burn out). Elle est aussi facilitatrice en Autolouange et formée en plusieurs approches psycho-corporelles.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2163	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	04-09-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN049	SARAH	1

Ce sentiment de culpabilité qui me tenaille, qu'en faire ?

CIBLE

- En priorité, toutes les personnes du secteur de l'aide, de l'accompagnement ou des soins aux personnes en proie au sentiment de culpabilité.
- Par extension, toute personne en difficulté avec cet état émotionnel.

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est le sentiment de culpabilité et ses ressorts
- Se repositionner face au sentiment de culpabilité
- Mieux l'appréhender dans le futur grâce à des pistes de solutions pour dépasser ce sentiment

CONTENU

- Installation d'un espace de soutien entre professionnel·le·s pour poser son sentiment de culpabilité, l'analyser et le dépasser :
  - Espace sécurisant et encadré afin de permettre de déposer et d'exprimer ce sentiment qui les anime, leurs difficultés et questionnements
  - Temps de prise de recul et de réflexion autour des sentiments de culpabilité
  - Activation des mécanismes de soutien entre les personnes présentes
- Apprendre à mieux connaitre les sentiments de culpabilité :
  - Qu'est-ce que le sentiment de culpabilité ?
  - Comment il survient, ce qu'il signifie ?
  - Son cheminement : de la situation culpabilisante à la sanction que l'on s'inflige
  - Identifier l'impact de la culpabilité sur soi
- S'outiller pour mieux gérer le sentiment de culpabilité :
  - Reconnaître ce que la culpabilité nous dit de nos valeurs
  - Développer un sentiment de remplacement vers une pensée positive
  - Apprendre, avec l'aide des autres, à ne pas tout porter, à s'autoriser l'indulgence envers soi-même, à prendre soin de soi
  - La connaissance et l'expérience de l'ensemble des personnes présentes viendront également nourrir la boîte à outils

MÉTHODE

- Pédagogie active, interactive et participative
- Activation des méthodes de soutien entre pairs
- Ancrage dans la réalité au départ des expériences vécues par les participant·e·s
- Outils favorisant l'expression en groupe (world café..)

FORMATEUR

Xavier LIETAR
Master en psychologie clinique. Master en psychologie commerciale et industrielle.
Thérapeute-Formateur-Tabacologue.
Accompagnateur d'équipes dans le secteur de l'action sociale.
Chargé de cours à la European Communication School.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2164	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	20-04-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN050	CEFORM	1

Traiter l'anxiété et l'angoisse avec les neurosciences

CIBLE

- Cette formation est ouverte à tout public et s'adresse à toute personne désireuse de mieux comprendre cette problématique et apprendre à mieux gérer son anxiété, son angoisse ou celle de ses proches

OBJECTIFS

- Comprendre l'anxiété et l'angoisse et apprendre à se fixer des objectifs bien-être
- Comprendre les stratégies du cerveau qui génèrent l'anxiété et l'angoisse
- Reprendre le contrôle de notre corps et la gestion de nos émotions
- Apprendre la puissance de la programmation mentale
- Découvrir l'importance de votre physiologie

CONTENU

- Comprendre l'anxiété et l'angoisse
- Apprendre à se fixer des objectifs bien-être
- Comprendre les stratégies du cerveau qui génèrent l'anxiété et l'angoisse
- Vos stratégies de pensée - Reprendre le contrôle de votre corps
- Gérer vos émotions
- Apprendre la puissance de la programmation mentale
- Découvrir l'importance de votre physiologie

MÉTHODE

- Pédagogie active
- Brainstorming
- Étude de cas
- Exercices psycho-corporels
- Méditation et exercices de respiration
- Questions/réponses
- Outils spécifiques au coaching

FORMATRICE

Sylvie FLAHAUT

Psychothérapeute, hypnothérapeute et coach. Depuis toujours passionnée par l'humain elle accompagne les personnes vers un mieux-être, une découverte de soi, l'écoute de soi et une relation aux autres harmonieuse. Formée à la PNL, l'Analyse transactionnelle, l'Hypnose, la Communication Non Violente, la gestion du stress et des émotions et les neurosciences, elle a sa propre école de formation de coachs professionnels et réalise des formations pour les entreprises, institutions comme les CPAS et les organismes comme l'ONE. Elle travaille sur les savoir-être des personnes et des équipes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2165	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	22-09-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN051	SARAH	1

L'intelligence émotionnelle au service de vos projets professionnels

CIBLE

Toute personne souhaitant ouvrir leur horizon sur les émotions

OBJECTIFS

- Reconnaître les différentes émotions et leur impact sur la communication
- Comprendre les émotions de base et leur fonctionnement physiologique
- Cerner les conséquences physiques et mentales des émotions rencontrées
- Identifier l'utilité des émotions dans la vie quotidienne et professionnelle
- Expérimenter différents outils concrets pour gérer positivement ses émotions

CONTENU

- Bilan personnel : quel est votre rapport aux émotions ? Connaissez-vous votre quotien émotionnel (QE) ?
- Comprendre les émotions et leur influence sur nos vies : découvrir le fonctionnement des différentes émotions sur le plan physiologique (brièvement) afin de pouvoir cerner leur impact sur le corps physique, sur notre intellect et sur nos relations avec autrui.
- Identifier les causes et les effets
- Reconnaître le langage positif émotions
- Expérimenter différents outils pratiques de gestion des émotions à travers la relaxation, les étirements, les exercices physiques (adaptés au bureau), la respiration, la pleine conscience…
- Tester des techniques de communication positive, tenant compte de vos émotions
- Valoriser l'intelligence de ses émotions à travers un plan d'action personnel

MÉTHODE

- Apports théroriques (env. 30%) : neurosciences, pleine conscience, communication non violente, théories de la communication, Isabelle Filliozat… partant de situations concrètes.
- Autodiagnostiques, jeux et expérimentations (env. 70%) : alternance d'activités recourant à des techniques mobilisant le corps, les émotions et les pensées

FORMATRICE

Priscilla DE RADIGUÈS

Formatrice en communication interpersonnelle, communication orale et écrite - Coach et thérapeute : accompagnements individuels et de groupes - Médiatrice sociale & coordinatrice d'une école des devoirs - Facilitation de groupe et médiation

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2166	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	07-02-23 14-02-23	2	09:00 - 16:30

Gérer ses émotions, sensations et sentiments en milieu professionnel

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Différencier émotion, sensation et sentiments
- Reconnaître les différents sentiments
- Identifier les causes et effets
- Identifier l'énergie positive et constructive derrière chaque sentiment
- Apprendre à utiliser cette énergie respectueusement pour soi et avec l'autre
- Apprendre à parler des émotions pour désamorcer les situations difficiles

CONTENU

Thématique : le savoir-faire émotionnel permet d'apprendre que les émotions confèrent de la puissance et de l'énergie, favorisent la construction de liens profonds et induisent un travail fructueux et valorisant.
Contenu :

- Différencier émotion, sensation et sentiments
- Compréhension des effets sur notre corps, sur nos réactions intellectuelles et relationnelles
- Reconnaître les différents sentiments
- Identifier les causes et effets
- Identifier l'énergie positive et constructive derrière chaque sentiment
- Apprendre à utiliser cette énergie respectueusement pour soi et avec l'autre
- Elargir la conscience aux flux et reflux des émotions autour de soi, comprendre qu'elles interagissent
- Apprendre à en parler pour désamorcer les situations difficiles

MÉTHODE

- Mises en situations, exercices pratiques individuels, en sous-groupe
- Réponses aux besoins spécifiques exprimés par les aides familiales en fonction de leur réalité de terrain.
- Des notes récapitulatives (théorie, schémas, exercices) seront remises aux participant·e·s.

FORMATRICE

Sophie DEVUYST
Formatrice en communication et relations humaines

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2167	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	23-03-23 28-03-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN052	Emancipe asbl	2

Vivre et travailler sereinement avec ses émotions

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre le mécanisme des émotions et son impact sur la communication
- Expérimenter des actions concrètes visant à gérer positivement ses émotions.
- Comprendre le mécanisme et nos réactions spontanées irréfléchies
- Vivre et travailler sereinement avec ses émotions
- Travailler sereinement malgré ses émotions et celles des autres travailleur·euse·s, famille, bénéficiaires...
- Comprendre comment se bloque la communication raisonnée lorsque nous sommes sous l'effet d'une émotion désagréable

CONTENU

- Réfléchir le mécanisme et nos réactions spontanées. Regarder du côté de notre cerveau et comprendre comment se bloque la communication raisonnée sous l'effet d'une émotion désagréable. Comprendre l'autre avec empathie et bienveillance dans ses émotions, pratiquer l'écoute active. Se (re)connecter au néocortex pour une communication efficace. Répertorier nos émotions et leurs effets sur nos comportements et notre manière de communiquer. Quand l'émotion est aux commandes, reprendre le contrôle pour réduire le stress et la violence qui pourrait en découler.
- Désancrer certaines habitudes comportementales et les remplacer par d'autres plus positives.

MÉTHODE

En partant des attentes des participant·e·s, alternance de théories et de pratiques concrètes issus de la PNL, de la médiation, de pleine conscience et méditation, de la pensée positive, de kinésiologie, de Braine Gym, relaxation...

FORMATRICE

Christiane FRANCOIS

Enseignante - Médiatrice scolaire et familiale
Master PNL - Gestion du secteur non-marchand.
Expérience internationale en gestion de la violence et médiation scolaire. A créé un programme de formations «Primaverra» dans le cadre d'un projet Européen Léonardo sur la gestion des conflits et la médiation. Formatrice depuis 2002 dans l'enseignement et le non-marchand. Instructrice Pleine Conscience et Méditation et Mindfulness (embodiment)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2168	COCOON asbl	COCOON asbl	ruelle Renard 11 4030 Liège	13-04-23 14-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN053	COCOON asbl	2

Gestion émotionnelle

CIBLE

Toute personne intéressée par cette thématique

OBJECTIFS

- Avoir un éclairage théorique sur le processus émotionnel afin de gérer positivement les sensations et comportements associés
- Développer son intelligence émotionnelle
- S'interroger sur son propre mode de fonctionnement émotionnel afin d'être mieux « outillé » face aux situations « difficiles »
- Conscientiser à l'importance de la sphère émotionnelle dans les relations à autrui-
- Développer des stratégies visant un équilibre émotionnel

CONTENU

Une initiation théorique et pratique à la dynamique des émotions :

- Qu'est-ce qu'une émotion ?
- Comment se déclenche le processus émotionnel ?
- Quelles sont les manifestations d'une émotion ? Comment se traduisent-elles comportementalement ?
- Qu'entend-on par le terme « intelligence émotionnelle » ? Comment la développer ?

Des exercices de mises en situation permettront une intégration de ces différents concepts. Les six dimensions de l'intelligence émotionnelle seront développées : la conscience émotionnelle, l'expression émotionnelle, la compréhension émotionnelle, l'utilisation émotionnelle, l'équilibre et l'harmonie émotionnelle…. Des exercices (relaxation – visualisation- ancrage…) seront proposés visant à une meilleure gestion émotionnelle.

Au final, nous envisagerons comment exploiter les données fournies émotionnellement et sensoriellement dans une optique constructive. Des pistes d'action seront proposées afin d'apprendre à gérer ses comportements de peur ou de colère.

MÉTHODE

Pédagogie active, basée sur un échange d'expériences personnelles. Les éclairages théoriques viendront compléter le cheminement et les réflexions menées. Nous irons également à la découverte d'outils tels que la roue des émotions, les cartes des besoins & émotions… Nous visionnerons également des extraits de film. A l'issue de la formation, chaque participant·e recevra un syllabus.

FORMATRICE

Isabelle EVRARD

Responsable de Cap Action, fondatrice de Créactivité. Ses domaines de prédilection : la gestion émotionnelle, les thématiques sociales, la créativité, les pédagogies actives.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2169	CAP ACTION	Maison Diocésaine	chaussée de Binche 151 7000 Mons	08-06-23 16-06-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN054	CAP ACTION	2

Développer son intelligence émotionnelle

CIBLE

Toute personne soucieuse de comprendre le mécanisme des émotions et de bien utiliser son intelligence émotionnelle dans le cadre de ses relations professionnelles.

OBJECTIFS

- Identifier les émotions ressenties, leur impact ainsi que le message qu'elles véhiculent (pour soi et l'autre)
- Utiliser ses émotions constructivement vers la bonne personne et au bon moment
- Canaliser son émotion au moyen de diverses techniques et verbaliser clairement ses ressentis et besoins
- Accorder la juste place aux émotions dans le cadre de relations professionnelles
- Reproduire les techniques et outils appris vers toute autre situation émotionnelle professionnelle ou personnelle

CONTENU

Avant la formation, il est prévu 2 actions pré-formation à réaliser individuellement (comprises dans le temps de formation)

- Action 1 : Mon profil personnel émotionnel (autodiagnostic)
- Action 2 : Capsule pédagogique –« Pas si simple de communiquer… » (vidéo et quizz)

Pendant la formation : le·la participant·e travaillera les 4 axes de l'intelligence émotionnelle à partir d'une situation personnelle vécue au niveau professionnel (Case Study).

- Comprendre les émotions : intelligence émotionnelle et fonctionnement des émotions
- Compétence 1 : identifier et analyser l'émotion - Les 6 émotions de base - Les « couvercles » émotionnels - Emotion vs Sentiments - Sentiments et Besoins
- Compétence 2 : Utiliser et gérer son émotion - Calmer l'émotion avec le corps, le cœur et la tête - Transformer l'émotion en outil de communication - Se développer émotionnellement
- Compétence 3 : Percevoir et être ouvert aux émotions de l'autre - Utiliser le non-verbal à bon escient - Installer la juste relation - Identifier l'émotion de l'autre : les 4 clés
- Compétence 4 : Exprimer et partager ses émotions - Préserver la relation, le Message 'JE' - Transformer l'émotion en demande, la méthode OSBD - Exprimer son émotion et ses besoins adéquatement : trucs et astuces

MÉTHODE

Le·la participant·e travaillera les 4 axes de l'intelligence émotionnelle à partir d'une situation personnelle vécue au niveau professionnel (Case Study).
Au travers de courts apports théoriques et d'exercices, la formatrice lui transmettra des outils pour développer chaque compétence (axe). Chaque outil est ensuite directement transféré dans sa réalité sur base de ce Case Study.

FORMATRICE

Katia MELE
Formatrice, Actrice, Coach et Consultante en Communication et Développement Personnel.
Ses interventions de prédilection : l'humain dans toutes ses particularités, ses difficultés et ses splendeurs - de l'affirmation de soi, à la maîtrise de ses émotions pour remonter à la gestion d'agressivité.
Sa particularité d'actrice-formatrice rend ses interventions saisissantes de pratique.
Sa phase fétiche : « Suivez vos rêves, ils connaissent le chemin »

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2170	Ancolie	Fucam	rue du Grand Trou Oudart 7000 Mons	21-09-23	1	09:00 - 16:30

Apprendre à gérer ses émotions : une faculté à la portée de tous ?

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre pour mieux différencier ce qui relève d'un état de stress d'un état d'épuisement émotionnel
- Utiliser des outils concrets pour gérer ses émotions
- Conserver une juste distance critique et émotionnelle face à des situations professionnelles difficiles

CONTENU

- Comprendre ce que recouvre le stress et comment il se développe
- Distinguer le bon stress du mauvais stress
- Identifier les facteurs individuels, organisationnels et contextuels du stress
- Apprendre à repérer les manifestations émotionnelles diverses (stress, colère, frustration, tristesse, déception…)
- Du stress chronique au burn-out : un glissement subtil de la tension à l'épuisement…
- Identifier et actionner les leviers permettant de réduire la tension interne en utilisant des techniques de gestion du stress et des émotions
- Apprendre à exprimer ses émotions sans se laisser envahir et à poser clairement ses limites- Optimaliser sa gestion du temps- Développer et exprimer une attitude assertive

MÉTHODE

Nous travaillerons à partir de l'expérience de chacun·e et de situations vécues. Les méthodes utilisées seront variées et complémentaires comme des échanges, analyses de cas, mises en situation, questionnements, débriefing... ce qui nous permettra de favoriser le transfert des apprentissages et outils développés sur votre terrain.

FORMATEUR

Alain SERVAIS

Psychothérapeute, professeur à la Haute Ecole de la Province de Liège et formateur depuis plus de 15 ans en «gestion stress et émotions Conférencier à Genève et Rome pour l 'Association Européenne de Psychocinétique, responsable scientifique de la «Post-formation en Développement Personnel et Thérapie psychomotrice» organisée par la Province de Liège. Formateur au CECOTEPE asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2171	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	25-09-23 26-09-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN055	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Développer l'intelligence émotionnelle

CIBLE

- Toute personne qui désire développer ou améliorer ses compétences émotionnelles
- Toute personne démarrant sa carrière

OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement d'une émotion et son impact sur la communication
- Connaître les émotions de base et leur utilité dans la vie quotidienne et les relations
- Décoder les émotions des autres afin de communiquer de manière adéquate
- Expérimenter des techniques pour réguler les émotions en fonction du contexte (régulation verbale, non verbale…)

CONTENU

Fondre en larmes, être pris de panique, péter un câble, être aux anges…
Pour plusieurs d'entre nous, les émotions constituent des expériences incompréhensibles, hors de maîtrise ou vite étouffées pour « ne pas se faire prendre » sous le coup de l'émotion devant nos collègues, supérieurs ou proches. Serait-il nécessaire de cacher nos émotions, de les verrouiller, de les maîtriser à tout prix ? N'y aurait-il pas quelques profits à tirer de cet élan énergétique? Joie, colère, tristesse, peur… pourquoi ne pas s'en faire des alliées, y compris lorsque nous vivons un conflit ?

Les apports théoriques porteront sur les aspects suivants : l'intelligence émotionnelle, les notions de sensation, d'émotion, de sentiment, les émotions de base et leurs fonctions, et la pleine conscience. Les exercices pratiques seront axés dans un premier temps sur l'identification, chez soi, des sensations, des émotions, des pensées et des tendances à l'action. Ensuite, les exercices cibleront l'expérimentation de divers moyens pour accueillir ou réguler ses émotions en fonction du contexte relationnel (corporels, mentaux, symboliques, verbaux).

Référents théoriques (e.a.) : Daniel Goleman, Isabelle Filliozat, Paul Ekman, Pierre Philippot, Ilios Kotsou, Thomas Gordon, Moïra Mikolajczak

MÉTHODE

- Apports théoriques construits sur base d'expériences concrètes
- Supports et techniques variés : exercices de perception des sensations, jeux divers, activités corporelles…
- Exercices pratiques pour tester des modes de gestion des émotions

FORMATEUR·TRICE·

Guénaëlle CULOT
Master en philosophie, Equicoach, Formatrice à l'Université de Paix

Julien LECOMTE
Master en communication, Formateur à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2172	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	27-11-23 28-11-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN056	Université de Paix asbl	2

Prévention du stress et gestion des émotions

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes d'installation et de développement du stress
- Gérer et diminuer les effets du stress sur sa sphère privée et professionnelle
- S'adapter et se protéger du stress dû à son environnement de travail et/ou privé
- Prévenir la surcharge psycho-sociale et l'épuisement professionnel
- Pratiquer les techniques de relaxation et de détente dans sa vie quotidienne

CONTENU

- Compréhension des mécanismes du stress et du système émotionnel
- Techniques de gestion du stress
- Techniques de gestion des émotions
- Apprentissage de la gestion du temps et de ses effets sur le stress
- Découvrir nos programmes internes de réaction au stress pour mieux les apprivoiser
- Expérimenter l'approche par les ressources créatrices
- Développer son plan d'action et de nouvelles compétences

MÉTHODE

- Pédagogie adaptée à la formation d'adulte en proposant des mises en situation et l'analyse de situations vécues. Alternance d'apports théoriques et pratiques.
- L'occasion sera donnée aux participante·s d'expérimenter la relaxation, la détente et autres techniques de gestion du stress. Les apports pourront être utilisés pour soi ou pour son équipe.

FORMATRICE

Pascale FELLER

Infirmière, formatrice et conseillère bilan de compétences, intervenante pour l'ASBL PSDD dans l'accompagnement des équipes et de la gestion du stress et du burn out.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2173	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	02-02-23 09-02-23 14-02-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN057	PSDD asbl	3

Gestion des émotions et du stress dans le contexte professionnel

CIBLE

Toute personne, quel que soit son secteur d'activités et la ou les fonctions qu'il·elle occupe

OBJECTIFS

Comprendre la relativité de la notion de stress et identifier les processus institutionnels ou collectifs à l'origine du stress

CONTENU

- Analyse des attentes et des besoins des participant·e·s en matière de stress
- La définition du stress et les concepts qui gravitent autour
- La relativité de la notion de stress
- Analyse de référents théoriques en matière de stress
- Les causes du stress
- La vulnérabilité au stress : différence entre l'homme et la femme face au stress professionnel
- L'évaluation de son propre stress sur une grille appropriée
- Analyse, sur base de référents théoriques, de situations stressantes exemplatives
- A partir de l'identification des situations professionnelles ou personnelles amenées, illustration de nombreuses techniques de gestion du stress
- Les conséquences de la gestion du stress
- Recul critique sur sa propre pratique professionnelle ; analyse des méthodes pouvant directement être transférables dans son propre contexte professionnel

MÉTHODE

La formation privilégiera les échanges entre formé·e·s et formateur. Elle s'appuiera sur le vécu et l'expérience de chacun·e de vous. Exercices pratiques, analyse de référents théoriques et mise en pratique de méthodes de gestion du stress et des émotions agrémenteront la formation.

FORMATEUR

Alain SERVAIS

Psychothérapeute, professeur à la Haute Ecole de la Province de Liège et formateur depuis plus de dix ans en «gestion stress et émotions «. Conférencier à Genève et Rome pour l 'Association Européenne de Psychocinétique, responsable scientifique de la «Post-formation en Développement Personnel et Thérapie psychomotrice» organisée par la Province de Liège. Formateur eu CECOTEPE asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2174	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	13-02-23 14-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN058	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Gestion du stress et des émotions

CIBLE

Toute personne qui souhaite améliorer sa gestion du stress afin d'éviter, autant que faire se peut, les dys-fonctionnements psychosomatiques consécutifs à une mauvaise gestion du stress.

OBJECTIFS

- Identifier les mécanismes biologiques du stress et la gestion du stress
- Agir sur les facteurs du stress
- Augmenter les capacités internes de résistance
- Comprendre la théorie des besoins pour améliorer le bien-être
- Apprendre différentes techniques de gestion du stress

CONTENU

Comprendre le mécanisme du stress pour le transformer en énergie positive

Les 3 niveaux d'action pour mieux gérer le stress :

- Identifier et gérer les facteurs de stress externes (mes priorités, prévoir – organiser)
- Augmenter ses capacités internes à gérer le stress
  - Mettre ses limites
  - Développer son intelligence émotionnelle
  - Utiliser sainement l'énergie de la colère
  - Écouter, exprimer et satisfaire ses besoins
  - Repérer ses messages contraignants
  - Un autre regard sur le monde : changer ses croyances négatives
- Adopter une bonne hygiène de vie
- Techniques corporelles de gestion du stress
  - Respirations conscientes
  - Relaxation
  - Visualisations et ancrages positifs
  - Méditation et pleine conscience
  - Établir un plan d'action à court et long termes basé sur des décisions concrètes pour mieux gérer le stress, augmenter le bien-être au travail et éviter l'épuisement voire le burn-out

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Réflexions pour un recul quant à ses fonctionnements automatiques
- Partages d'expériences et recherches d'options
- Mise en place d'actions concrètes à court et plus long termes
- Exercices pratiques (méditation, respiration, visualisation)

FORMATRICE

Charline LEMAIRE

Licenciée en Psychologie clinique et formée à l'approche systémique des familles et institutions ainsi qu'à la gestion des traumatismes, elle a travaillé en psychiatrie (paraphilies) et en milieu hospitalier (clinique de la douleur) puis s'est orientée de nombreuses années vers les personnes âgées et la petite enfance. Elle a exercé en maison d'accueil, centre P.M.S., crèche et jardin d'enfants. Sa démarche s'appuie sur la systémique, la psychologie développementale, la P.N.L., les neurosciences, les théories de l'attachement, l'hypnothérapie, la communication non violente et la bientraitance. Elle exerce aujourd'hui en tant que psychothérapeute (pour enfants, adolescents et adultes) et formatrice.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2175	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	15-06-23 22-06-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN059	SARAH	2

Gestion du stress et des émotions dans l'Art du spectacle

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Utiliser à son profit l'énergie du trac
- Vivre pleinement ses émotions en public
- Ré-apprendre à se faire confiance sans jugement et exprimer sa sensibilité dans le respect et le plaisir
- Accepter et observer les émotions plutôt que rejeter et juger
- Posséder et utiliser un grand nombre d'outils pratiques à utiliser dans tous les secteurs de la vie professionnelle et privée

CONTENU

Ce module permet de retrouver ou de conforter considérablement et durablement la confiance en soi et en ses propres capacités dont toute personne qui se destine à se produire en public a impérativement besoin. Le stress généré par le trac n'est pas à combattre mais à utiliser à son propre profit pour en faire un atout supplémentaire dans la communication.
L'humour, le rire et l'imaginaire pour établir une relation authentique et rassurante avec soi pour réduire le stress du trac et l'utiliser à son profit.

MÉTHODE

- Se débarrasser, le temps de la formation, de son personnage sociologique afin de se permettre de se re-donner la liberté de se re-construire différemment pour faire l'expérience – mais autrement – de toute une série de situations déjà vécues
- Expérience de la transformation de la réalité par le jeu du faire semblant, comme si, il était une fois…
- Outils pédagogiques : utilisation d'accessoires, de costumes et supports visuels et photos afin de faciliter la compréhension
- Travail individuel, en grand groupe et sous-groupes
- Recentrage et exercices corporels, jeux d'improvisations et jeux de rôles

FORMATEUR

Paolo DOSS
Formateur à l'Art d'expression, à la Communication et au Clown dans le milieu médical, spécialisé dans le domaine des Soins Palliatifs. Auteur-metteur-en-scène-interprète. Clown professionnel en hôpital, en pédiatrie, psychogériatrie et en Soins Palliatifs depuis 1987. Maître de conférences en Belgique et à l'étranger dans le monde médical et social.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2176	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	04-09-23 05-09-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN060	SARAH	2

Gestion du stress au travail

CIBLE

- Responsables d'équipe, coordinateur·rice·s de projets, formateur·trice·s…
- Educateur·trice·s sociaux·ales, assistant·e·s sociaux·ales, psychologues, professionnel·le·s de la santé, acteur·rice·s associatifs·ives…
- Toute personne ayant des difficultés à gérer son stress

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes d'installation et de développement du stress
- Gérer et diminuer les effets du stress sur sa sphère privée et professionnelle
- S'adapter et se protéger du stress dû à son environnement de travail et/ou privé
- Prévenir la surcharge psycho-sociale et l'épuisement professionnel
- Pratiquer les techniques de relaxation et de pleine conscience dans sa vie quotidienne

CONTENU

- Compréhension des mécanismes du stress et du système émotionnel
- Techniques de gestion du stress
- Techniques de gestion des émotions
- Apprentissage de la gestion du temps et de ses effets sur le stress
- Découvrir nos programmes internes de réaction au stress pour mieux les apprivoiser
- Utiliser nos ressources créatives pour revenir à un équilibre
- Développer son plan d'action et de nouvelles compétences

Référents théoriques (e.a.) : G. Kramer, P. K. Hicks, J. Kabat-Zinn, E. Maex, S. Chapman, Thich Nhat Thanh, F. Midal.

MÉTHODE

- Échanges par deux ou par petits groupes.
- Quelques apports réflexifs en grand groupe.
- Exercices de méditations et relaxations guidées.
- Exercices corporels et de visualisation.

FORMATEUR

Alexandre CASTANHEIRA

Licencié en philologie romane, instructeur Pleine Conscience MBSR, instructeur Interpersonnel Mindfulness, formateur à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2177	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	13-03-23 20-03-23	2	09:30 - 16:30

Gérer son stress par la Méditation et la Pleine Conscience

CIBLE

- Toute personne désireuse d'apprendre à gérer son stress par le biais des neurosciences qui scientifiquement, et ce depuis plus de 20 ans, ont fait leurs preuves
- Toute personne en stress et en souffrance sur son lieu de travail et/ou qui souhaite apaiser le stress des patients

OBJECTIFS

- Définir ce qu'est le stress pour mieux le comprendre et agir
- Donner des outils aux personnes pour diminuer un état de stress et gérer leurs émotions
- Expérimenter la méditation et les expériences pratiques
- Définir la méditation et la pleine conscience et exercices pratiques en lien avec les émotions
- Et comment appréhender l'avenir sans stress négatif ?

CONTENU

- Echanges sur les stress et les ressentis en lien avec la crise
- Qu'est- ce qu'une émotion et que faire de l'excès d'émotions ?
- Définir le stress
- Evaluer le stress
- Comprendre ce qu'est la méditation, ses origines et son entrée dans le milieu médical
- Le calme intérieur
- L'Impact du bruit
- Le lâcher-prise
- L'impermanence

MÉTHODE

- Apports théoriques (support PowerPoint)
- Exercices pratiques
- Adopter des techniques de méditation lors de crises d'angoisse, de burn-out et de dépression
- Echanges d'expérience

FORMATRICE

Véronique LANDOLT

Kinésithérapeute spécialisée en soins palliatifs et oncologie (certification inter-universitaire en Soins Palliatifs et accompagnement), elle exerce en milieu hospitalier et en cabinet privé où l'essentiel de son travail est orienté sur le confort physique, le bien-être émotionnel et la gestion de la douleur et du deuil. Elle utilise différentes techniques inspirées de la Pleine Conscience, associées à la respiration, la mobilisation globale et au toucher-massage. Conseillère agréée en Fleurs de Bach. Elle partage son expérience et l'utilisation des Fleurs via des conférences et formations.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2178	SARAH	SARAH	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	25-04-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN061	SARAH	1

Apprivoiser ses émotions pour rebondir en cas de crise

CIBLE

Toute personne se sentant touchée par la gestion des émotions, notamment lors de vécu de crise et de son impact dans sa vie professionnelle. Il peut s'agir de personnel du secteur des MR et MRS, des maisons médicales, des soins à domicile etc... Quelle que soit sa qualification et sa fonction.

OBJECTIFS

- Dédier un espace-temps au partage des ressentis sur la crise et ses implications passées, présentes, à venir
- Apprendre à reconnaître les émotions qui nous submergent et mettre des mots dessus
- Repérer ensemble des pistes d'action, individuelles ou collectives
- Distinguer le mental (pensées), les émotions (ressentis), le corps physique et parvenir à utiliser ces informations
- Améliorer les processus de fonctionnements relationnels et comportementaux (vis-à-vis de soi et vis-à-vis du groupe)

CONTENU

La formation débute par un temps d'ouverture et d'écoute. Sur base de ce qui est déposé par les participant·e·s et pour répondre adéquatement aux besoins exprimés, le·a formateur·trice aborde ensuite les points suivants :

- Voyage dans les cadres déictiques : « Moi-Toi » ; « Ici-Là » ; et « Maintenant-À un autre moment » , permettant l'émergence de la perspective du soi
- Balayage corporel (rencontre à la sensation physique liée à l'émotion)
- Processus d'ancrage dans le présent
- Défusion cognitive
- Acceptation (›‹évitement)
- Reconnexion avec les valeurs en jeu
- Élargissement de nos perspectives

L'intervention vise non pas à changer le contenu cognitif (pensées, croyances, souvenirs) et émotionnel des participant·e·s mais à changer la relation à ce contenu de façon à élargir le répertoire comportemental, le rendre plus fonctionnel et lui redonner du sens.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATEUR·TRICE·S

Anne -Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en milieu hospitalier (soins palliatifs et oncologie), formée en soins palliatifs et qualité de vie et à la CNV.

Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante

Paolo DOSS
Formateur, conférencier, auteur-metteur en scène-interprète, clown en hôpital.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2179	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	06-02-23 13-02-23	2	09:00 - 16:00

Vers un équilibre vie privée / vie professionnelle apaisé

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Agir en conscience pour un équilibre vie privée / vie professionnelle apaisé
- (Re)trouver de l'énergie et de la sérénité au travail ainsi que dans sa vie privée
- Prévenir l'épuisement – le burnout
- Mieux gérer son temps et ses priorités, développer sa résilience, son adaptabilité au changement, déléguer en conscience, planifier sereinement
- Communiquer ses besoins, se détacher du regard de l'autre, développer la confiance en soi

CONTENU

Pas toujours simple de trouver son équilibre entre le temps pour soi, son travail, son entourage, ses activités. Un vrai casse-tête chinois qui peut générer stress et frustration. Au programme de cette formation :

- Balance vie privée / vie professionnelle :
  - Où en est cette balance pour moi à ce jour ?
  - Différencier les difficultés sur lesquelles nous pouvons influer et celles sur lesquelles nous n'avons ni influence ni contrôle
  - Quelle place prend chaque sphère dans ma vie ? A quel point cet équilibre me convient ou non ?
  - Identifier le niveau de stress associé et détecter les signaux d'alarme. Gestion du stress.
  - Conseils spécifiques liés au télétravail
- Quels sont les dispositifs actuels accessibles pour concilier vie privée/vie professionnelle:
  - Aperçu des dispositifs permettant de diminuer son temps de travail
  - Leurs conditions, rémunération, impact des congés sur les droits sociaux
- Gérer son temps et ses priorités:
  - Gérer ses tâches par priorité en fonction de leur degré d'urgence et d'importance
  - Planifier et garder l'esprit dégagé
  - S'organiser de façon claire et visuelle
  - Déléguer en conscience et en faire le suivi
- Communiquer de façon assertive:
  - Identifier ses besoins et ses émotions
  - Communiquer ses besoins aux autres de façon constructive et assertive
  - Apprendre à dire « non » quand c'est opportun
  - Se détacher du regard des autres, développer la confiance en soi

MÉTHODE

- Afin de partir de votre propre réalité et de bien ancrer la matière, plusieurs moments d'exercices individuels et de partage en groupe sont prévus
- Mix d'échanges sur les vécus respectifs, d'apports théoriques et d'exercices individuels et en groupe

FORMATRICE

Nathalie VELU

Psychologue du travail de formation, coache professionnelle certifiée, spécialisée dans la prévention du burnout (professionnel / parental) et dans l'équilibre vie privée / vie professionnelle. A ce jour : formatrice, coache et chargée de projet formations/ateliers à la Ligue des familles, principalement autour de thématiques sur la prévention du burnout.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2180	Ligue des Familles	Ligue des Familles	avenue Émile de Béco 109 1050 Bruxelles	30-03-23 06-04-23	2	09:30 - 16:00

Atelier d'initiation pratique pour se ressourcer

CIBLE

Tout public, personne soucieuse de prendre soin d'elle et des autres

OBJECTIFS

- Identifier des moyens pour s'arrêter, se poser, se ressourcer
- Expérimenter et acquérir des techniques mentales, émotionnelles et corporelles, simples et variées pour prendre soi de soi
- Comprendre l'impact des émotions, des pensées sur le corps
- Alimenter sa « boîte à outils » de détente et de gestion de stress
- Améliorer son bien-être et retrouver de l'énergie pour ses missions

CONTENU

Nous avons peut-être instauré des « routines » de bien-être au cœur de l'adversité et elles sont à nouveau chamboulées. Chacun vit cette nouvelle étape comme il peut : avec des questions, des peurs, des incertitudes, de la colère, du découragement, ou avec l'espoir d'un avenir plus serein. Et si pour prendre de la hauteur et retrouver énergie et claivoyance, nous prenions le temps d'une pause ? Pour prendre soin de soi et dès lors prendre soin des autres, de nos proches, de nos collègues, de nos missions, de la vie !
Vivre ces hauts et ces bas émotionnels est fatigant. Face aux émotions, entre le déni ou le fait de se laisser submergé·e par elles, nous pouvons aussi explorer une voie d'accueil, d'écoute, passer du mode « action » au mode « être ». C'est l'invitation de cette formation. Ces 2 jours sont essentiellement pratiques avec des espaces de paroles. Ils sont conçus pour offrir aux travailleurs, en fonction de leurs besoins un espace, du temps, des outils, afin qu'ils puissent se poser, recharger les batteries, et repérer leurs propres ressources, celles qui les ont aidé·e·s jusqu'à présent et les décupler afin de continuer à faire face, à traverser les remous de la vie au mieux.

MÉTHODE

Nous expérimenterons des exercices corporels issus de diverses démarches (Pleine Conscience - respiration, méditation, balayage corporel, étirements doux - de la relaxation, du yoga, du Taï chi, de la sophrologie, de la cohérence cardiaque, des techniques artistiques...).
Nous découvrirons aussi des techniques issues du coaching génératif de Robert Dilts, de l'autohypnose, respiration, méditation, balayage corporel, étirements doux, automassages...
Alternance d'échanges à partir des expériences de chacun, d'exercices pratiques et d'apports théoriques
Construction d'une boîte à outils utilisables au quotidien. Mise à disposition de supports simples (audio, syllabus) en vue de s'entraîner chaque jour pour intégrer les outils.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Responsable secteur animation de groupe et relations humaines du CFA, certifiée à la Pleine Conscience - ULB

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2181	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	13-04-23 14-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN062	Centre de Formation d'Animateurs	2

Déstressez en pensant différemment grâce à la méthode PCER

CIBLE

Toute personne désireuse d'apprendre une technique scientifiquement éprouvée pour la gestion du stress

OBJECTIFS

- Découvrir qu'une grande partie de votre stress (80 % !) provient de vos pensées
- Examiner vos pensées à l'aide de questions ciblées
- Réduire son stress en mettant en pratique la méthode PCER
- Penser différemment, de manière plus calme et plus productive
- Appliquer la méthode dans votre travail et votre vie quotidienne

CONTENU

Les essentiels de la méthode PCER

- 1ère étape - Analyser
  - le modèle ABC du mal-être
  - mes émotions et mon stress
  - mes besoins
- 2ème étape - Comprendre
  - Que se passe-t-il dans notre cerveau?
  - Le triangle cognitif : situation --> pensée - émotion - comportement
  - Mes pensées irrationnelles
- 3ème étape - Utiliser
  - La méthode ABC : passer des pensées automatiques aux pensées alternatives
  - Expérimenter la méthode PCER sur une situation personnelle et concrète
  - Plan d'action anti-stress

MÉTHODE

Cas pratique individuel, exercices pratiques, expérimentation de la méthode en sous-groupes, rédaction d'un plan d'action individuel supervisé par la formatrice

Notre approche pédagogique:

- Inductive : partir de cas vécus, de situations « difficiles » des participant·e·s
- Active : l'apprenant·e est impliqué·e dans des situations dans lesquelles il·elle utilisera ses compétences et les fera évoluer
- Participative : expression des participant·e·s, échanges et débats sur les « bonnes pratiques »
- Pratico-pratique : mise à disposition d'outils facilement et directement utilisables
- Transférable : réalisation d'un Plan d'Action Personnel par chaque participant·e

FORMATRICE

Audrey MOUFFE

Formatrice, Psychologue & Coach. Spécialisée en gestion du stress, assertivité, intelligence émotionnelle, gestion de la diversité, management, commercial, recrutement & RH, développement personnel et professionnel…

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Jour	Horaire
F2182	Ancolie	Formation en visioconférence	05-12-23	1	09:00 - 16:30

J'ai le trac mais ça se soigne : améliorez votre prise de parole en public

CIBLE

Toute personne amenée à prendre la parole en public

OBJECTIFS

- Se sentir à l'aise dans la prise de parole en public en apprenant à gérer son trac et ses émotions
- Maîtriser la respiration pour mieux utiliser son énergie, sa voix, son corps
- Savoir saisir, captiver l'attention de votre auditoire, et faire face aux situations inattendues
- Construire une boîte à outil pour accroître son efficacité lors de la prise de parole en public
- Savoir se calmer et se contrôler pour faire du trac un allié

CONTENU

3 niveaux dans une approche pédagogique intégrée :

- La compréhension des mécanismes inhérent au « trac » lors de prises de parole en public
  - Définition et compréhension du trac : les conditionnements et pressions
  - Les alertes automatiques : comprendre et décoder les manifestations physiques et psychologiques du trac
- La compréhension et l'identification des difficultés propres à chaque personne en situation de prise de parole en public
  - Identification de ses difficultés personnelles face à la prise de parole
  - Comprendre ses propres attitudes : fuite passive, attaque agressive, manipulation ou assertivité
- L'apprentissage de différents comportements et techniques concrètes pour dépasser les difficultés de prises de parole en public
  - Apprendre à s'affirmer avec assertivité
  - Techniques de gestion du trac
  - Techniques de méditation et de pleine conscience
  - Techniques de relaxation, de détente et de visualisation
  - Exercices de respiration : pratiquer diverses respirations
  - Travail du corps, de la voix et de la posture

MÉTHODE

- Pédagogie participative et interactive
- Exposé théorique nourri par l'expérience des participant·e·s
- Pratique d'exercices ludico-pédagogiques
- Mises en situation avec application des techniques et méthodes vues en formation

FORMATEUR

Julian DUMOULIN

Psychopédagogue et hypnothérapeute. Expérience comme éducateur spécialisé et directeur dans l'aide à la jeunesse. Formé aux techniques d'improvisation et théâtrales ainsi qu'à la CNV.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2183	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	29-09-23 06-10-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN063	CEFORM	2

Gestion du stress - collaborateurs

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Définir ce qu'est le stress au travail (notamment parce qu'il saura faire la distinction entre le stress « général » et celui spécifiquement consécutif du travail)
- Identifier les origines possibles de son stress au travail
- Utiliser certaines méthodes afin de gérer son stress

CONTENU

- Qu'est-ce que le stress (au travail) ?
- Stress positif versus stress négatif
- Le stress (au travail) : est-ce un problème ?
- Quelles sont les sources du stress en général et au travail ?
- Quelles sont les conséquences potentielles du stress (au travail) pour l'intéressé, l'équipe et l'entreprise ou l'organisation ?
- Quelle est l'image que je me fais du stress (au travail) ?
- Quelle est ma méthode de gestion du stress ? Les différentes stratégies d'adaptation.

MÉTHODE

- Méthodologie interactive basée sur les échanges entre les participant·e·s
- Utilisation d'un PPT comme support principal lequel peut être agrémenté d'autres support multi-média
- Renforcement des connaissances et des compétences par le biais d'une dynamique constructive
- Mises en situation de manière à pratiquer sur base des techniques découvertes

FORMATRICE

Célia VRAY
Conseillère en prévention aspects psychosociaux

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2184	IDEWE	IDEWE	Esplanade 1 b 4 1020 Bruxelles	09-02-23	1	08:30 - 17:00

La gestion du stress

CIBLE

Toute personne souhaitant comprendre les mécanismes générant le stress et souhaitant trouver des moyens d'y répondre efficacement

OBJECTIFS

- Apprendre à repérer les mécanismes d'installation et de développement du stress
- S'outiller pour gérer autrement le stress : techniques orientées sur la perception du problème et techniques visant à maximiser mes ressources

MÉTHODE

- Chaque notion théorique ou technique abordée fera l'objet de propositions d'exercices pratiques individuels ou collectifs
- Les expériences et situations concrètes apportées par les participant·e·s seront intégrées au dispositif

FORMATRICE

Nathalie BACHELARD

Enseignante et pédagogue. Maître praticienne et formatrice en PNL, elle accompagne depuis une dizaine d'années des équipes éducatives dans la résolution de difficultés et dans la recherche de solutions dans les contextes de travail et d'apprentissage : amélioration de la communication, gestion du stress, maximisation de compétences, augmentation de la capacité d'attention, recherche et développement de projets individuels et collectifs…

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2185	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	14-03-23 28-03-23	2	09:00 - 12:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN064	CPSE	2

La gestion du stress

CIBLE

Toute personne qui accomplit un travail qu'elle ressent comme stressant et qui souhaite trouver des stratégies pour mieux gérer ce stress ou toute personne qui se soucie de renforcer le bien-être au travail de ses équipes.

OBJECTIFS

- Apprendre à repérer les facteurs internes, externes, individuels ou collectifs, potentiellement déclencheurs de stress, et ce au départ de plusieurs mises en situation professionnelles
- Se situer personnellement face aux différentes situations et envisager une stratégie de gestion du stress appropriée à chacun

CONTENU

- Définition du stress
- Le stress et l'évolution de l'espèce : d'où vient-on ?
- Etat des lieux : burn-out, maladies diverses liées au stress
- Stress : ami ou ennemi ?
- Théorie adaptée sur les neurosciences (ouvrage de référence principal : L'intelligence du stress, de Jacques Fradin)
- Gestion des modes mentaux (mode automatique ou mode préfrontal)
- Divers exercices pratiques basés sur les situations professionnelles vécues par les participant·e·s

MÉTHODE

- Analyser son mode de fonctionnement prioritaire face au stress, à partir de questionnaires individuels : c'est quoi le stress pour vous ?
- A partir de situations professionnelles des personnes présentes, analyse des facteurs internes, externes, individuels ou collectifs susceptibles de déclencher du stress pour chacun·e
- Proposition d'outils divers pour faire face au stress : psychologie positive, relaxation, méditation, mouvement…

FORMATRICE

Gaëlle VAN ERMEN

Forte de sa licence en psychologie clinique, de différentes formations concernant le burnout, les soins palliatifs et l'hypnose, Gaëlle VAN ERMEN enseigne aujourd'hui principalement la psychologie dans le domaine des soins aux personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2186	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	05-04-23	1	08:30 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN065	EIC Andenne	1

Réguler le stress non productif

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Prendre conscience des phénomènes de stress (bon ou néfaste) et de ses conséquences sur la relation à soi et à l'autre
- Identifier des pratiques quotidiennes nécessaires afin de réguler le stress non productif et faire émerger des réponses efficientes et conscientes pour y répondre
- Réfléchir à la manière de rester efficace en situation professionnelle ou privée
- Se poser des questions sur nos freins, nos faiblesses et surtout nos points forts, notre principale ressource
- Apprendre à observer sans jugement pour accepter positivement les moments difficiles et lâcher prise. Rester bienveillant·e avec soi

CONTENU

- Comprendre les mécanismes du stress
  - Prendre conscience des réactions corporelles et des attitudes face au stress
  - Identifier ses stresseurs et repérer ses propres signaux d'alerte
  - Stress positif/stress négatif et le mécanisme du stress
  - Sortir de la « zone de confort » : résistance au changement et capacité à se remettre en question
- Savoir réguler et garder un niveau de stress positif
  - Acquérir des techniques de relaxation physiques et mentales
  - Modifier ses habitudes émotionnelles et ses automatismes de pensée
  - Agir sur son environnement physique personnel et professionnel pour réduire l'impact du stress sur soi
  - Etablir une communication antistress : améliorer son écoute pour éviter l'escalade du stress
  - Décoder les comportements et stratégies de déstabilisation
  - S'entraîner pour développer son adaptabilité
- Savoir récupérer et éliminer le stress
  - Concilier contraintes professionnelles et équilibre personnel
  - Faire tomber les « fausses étiquettes » et à priori
  - Identifier le « défaut dans la cuirasse » et y remédier

MÉTHODE

- Exposés théoriques et échanges
- Autodiagnostics et tests
- Intégration des apprentissages par des exercices structurés
- Analyse de situations particulières pour intégrer la gestion du stress in situ
- Jeux de rôles permettant aux participant·e·s d'ajuster leurs habitudes mentales de manière créative

FORMATRICE

Sherlla OLIVIERA

Bachelière en soins infirmiers, master en promotion et éducation pour la santé (Ulg), agrégée d'enseignement secondaire supérieur (Ulg), formatrice, conférencière, accompagnatrice pédagogique, thérapeute...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2187	COCOON	Objectif Plénitude	rue des bluets 13 4100 Seraing	24-04-23 25-04-23 27-04-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN066	COCOON	3

Repères pour prévenir et mieux gérer le stress du quotidien

CIBLE

Toute personne faisant face à des situations professionnelles difficiles et motivée pour s'impliquer dans une démarche personnelle, ou simplement soucieuse d'améliorer sa qualité de vie au travail

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes du stress
- Découvrir sa manière propre d'y réagir et d'y faire face
- Expérimenter des outils efficaces et variés de gestion du stress et des émotions

CONTENU

Réagir calmement lors d'un incident critique, faire face à une agression verbale, écouter un jeune en souffrance, gérer un nouveau groupe…

Il est normal de vivre des moments de stress. A court terme, le stress peut être moteur. Mais lorsqu'il dure trop longtemps, il risque de devenir nocif.
Le parcours proposé ici vise à renforcer nos ressources mentales, physiques et émotionnelles.
En fonction des besoins des participant·e·s, l'accent sera mis sur l'axe

- mental : repérer ses priorités, cibler un objectif, se libérer de l'impact des pensées…
- émotionnel : accueillir et décoder ses émotions, comprendre leurs fonctions…
- physique : relaxation, respiration, automassages, étirements, scan corporel…

En acquérant des réflexes appropriés, nous développerons notre capacité de poser un autre regard sur ce qui nous stresse, d'ajuster nos réactions et ainsi améliorer notre bien-être, notre santé et notre efficacité.

MÉTHODE

Ce module pratique permet d'expérimenter des outils efficaces pour apprivoiser le stress et les émotions. Les apports théoriques émergent des expériences des participant·e·s.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS.
Responsable et formatrice du secteur Animation de Groupe et Relations Humaines du CFA, instructrice MBSR - Certificat d'Université à la Pleine conscience (Mindfulness/ ULB)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2188	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	08-06-23 09-06-23 13-06-23	3	09:30 - 16:30

Maintenir et développer le bien-être : le stress comment le moduler ?

CIBLE

Toute personne qui se sent concernée par la problématique du stress

OBJECTIFS

- Comprendre le processus physiologique du stress
- Identifier les signaux de stress et les émotions
- Analyser une situation de stress dans son contexte et son propre fonctionnement de stress
- Identifier ses ressources internes et externes
- Mettre en place des outils simples de gestion du stress et des émotions

CONTENU

- Travail sur les représentations
- Notions théoriques : définition du stress : échanges d'opinions, débats, illustration par des exemples, questionnements. Apport théorique sur les mécanismes psychophysiologiques du stress, les facteurs de stress et les répercussions du stress sur la santé. Notions sur le burn-out, la dépression, le stress post-traumatique
- Analyse d'une situation difficile
- Identifier ses émotions, ses pensées et son action dans son contexte professionnel
- Identifier les signaux d'une montée en tension
- Evaluation de la journée

Feedback

- Travail sur les ressources
- Identifier ses ressources personnelles
- Identifier les ressources collectives au sein de son entreprise
- Apprentissage des techniques corporelles et de respiration, relaxation
- Expérimentation

Evaluation de la journée

MÉTHODE

Cette formation sera dispensée par un duo: psychologue et kinésithérapeute sophrologue qui vous invitent à :

- EXPLORER : meilleure conscience de soi, de ses besoins, de ses réactions, de ses émotions, de ses croyances et valeurs et du contexte. (Représentations, réactions, contexte).
- ANALYSER : les mécanismes internes et externes en jeu lors d'une situation stressante.
- APPRENDRE : intégrer de nouvelles connaissances théoriques et pratiques (outils théoriques,outils de gestion, de régulation).
- PARTAGER : Le groupe, un laboratoire d'expériences (partager les visions du stress, les réactions, les différents contextes.
- Méthode du brainstorming, Focus groupe, équipe réfléchissante

FORMATEUR·TRICE·S

Fabien SENECHAL
Psychologue, psychothérapeute, formateur au Cites et à l'asbl Arpège-Prélude.

Anne BURLET ou Michélé DANIELE
Kinésithérapeutes, sophrologues

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2189	CITES Clinique du stress	ISOSL site Agora	rue Montagne Sainte Walburge 4a 4000 Liège	08-06-23 15-06-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN067	CITES Clinique du stress	2

Apprendre à apprivoiser son stress pour retrouver sa motivation et son énergie positive

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Faire le point sur sa situation professionnelle en terme de bilan et perspectives
- Retrouver un ancrage professionnel et développer sa motivation
- Améliorer sa gestion du temps et développer son intelligence émotionnelle
- Se positionner dans un contexte en changement
- Développer son plan d'action et ses perspectives

CONTENU

- Faire le point sur sa situation personnelle et professionnelle : son parcours de vie
- Retrouver ou découvrir ses points d'ancrage, ses piliers de résilience
- Développer une structuration du temps efficace
- Redevenir acteur·rice de son changement
- Retrouver une énergie constructive dans la relation à soi et aux autres

MÉTHODE

- Alternance de pratiques et de théories avec analyse de situations amenées par les participant·e·s. Mises en situation proposées par la formatrice.
- Utilisation des outils de l'Analyse Transactionnelle, de la PNL et de la Systémique appliqués à l'affirmation de soi et au développement personnel

FORMATRICE

Pascale FELLER

Infirmière, formatrice, conseillère en bilan de compétences, spécialiste de la gestion du burn out et inter

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2190	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	03-10-23 10-10-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN068	PSDD asbl	2

Le burn-out : comment l'éviter ?

CIBLE

Cette formation s'adresse à toute personne intéressée par les problématiques du burn-out en vue de le prévenir

OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est le burn-out et le reconnaître ainsi que celui de l'épuisement
- Dépister les signes précurseurs, tant physiques que psychologiques
- Prendre conscience des mesures à prendre pour le prévenir
- Mesurer l'importance des signes physiques et émotionnels du burn-out, conséquence d'une gestion inadéquate du stress
- Proposer une évaluation du niveau de stress à chaque participant et du risque de basculer dans le burn-out afin de le prévenir

CONTENU

- Les participant·e·s prendront conscience de l'importance des signes physiques et émotionnels du burn-out, conséquence d'une gestion inadéquate du stress
- Ils·Elles recevront une évaluation de leur niveau de stress et du risque de basculer dans le burn-out ainsi que des pistes pour le prévenir
- Qu'est-ce que le burn-out ?
- Quels sont les liens avec le stress ainsi que les facteurs de risques et ceux de protections
- Apprendre à identifier les signaux précoces pour prévenir le burn-out
- Quelles sont les caractéristiques de la personnalité à risques
- Quelques pistes pour éviter le burn-out, dont les limites à poser pour garder une attitude positive

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Exercices psycho-corporels
- Partage de situations

FORMATRICE

Charline LEMAIRE

Licenciée en psychologie clinique et formée à l'approche systémique des familles et institutions ainsi qu'à la gestion des traumatismes, elle a travaillé en psychiatrie (paraphilies) et en milieu hospitalier (clinique de la douleur) puis s'est orientée de nombreuses années vers les personnes âgées et la petite enfance. Elle a exercé en maison d'accueil, centre P.M.S., crèche et jardin d'enfants. Sa démarche s'appuie sur la systémique, la psychologie développementale, la P.N.L., les neurosciences, les théories de l'attachement, l'hypnothérapie, la communication non violente et la bientraitance. Elle exerce aujourd'hui en tant que psychothérapeute (pour enfants, adolescents et adultes) et formatrice.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2191	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	02-02-23 09-02-23	2	09:00 - 16:00

Développer des ressources et des compétences pour agir face à l'épuisement professionnel

CIBLE

Toute personne exposée au stress ou à des situations émotionnellement intenses et répétitives.

OBJECTIFS

- Comprendre la complexité du burn-out ou syndrome d'épuisement professionnel dans les métiers de soignant et de la relation aux autres
- Découvrir la grille d'auto-analyse SECCA dans le but de prévenir ou de gérer sa situation personnelle et de développer des pistes d'actions efficaces individuelles ou collectives
- Adapter nos réponses individuelles en retrouvant du sens et en questionnant d'un point de vue systémique et éthique le fonctionnement de nos institutions et l'évolution de la place du travail dans notre société
- Définir et élaborer la mise en place de ressources et d'un plan d'action pour une vie sans épuisement professionnel

CONTENU

- Evaluer le burn out syndrome dans ses trois dimensions :
  - L'épuisement émotionnel
  - La déshumanisation de la relation
  - La perte de sentiment d'accomplissement de soi
- Facteurs responsables du burn out spécifiques de la relation d'aide et du soignant·e
- Spécificités du métier d'éducateur·trice et de soignant·e ou aide-soignant·e
- Impact et répétition des stress, trauma et micro-traumas sur le lieu de travail
- Réflexion sur la question du choix du métier de la relation d'aide ou de soignant·e
- Analyse des facteurs de stress professionnels
- Stratégies d'adaptation passives/actives/collectives
- Appréhender les différents types d'épuisement professionnel
- Elaboration d'un plan d'action individuel ou collectif de prévention pour renforcer son sentiment d'efficacité personnel et son estime de soi
- Approche systémique de la problématique de l'épuisement professionnel
- Distinction entre trauma secondaire, trauma de compassion et trauma vicariant
- Présentation de la grille SECCA : Situation, Emotion, Croyances,Comportement, Anticipation, pour apprendre à gérer les situations difficiles et leurs impacts

MÉTHODE

- Utiliser et analyser les situations professionnelles
- Transformer les expériences « implicite » en processus « explicite »
- Expérimenter par des exercices et par des jeux de rôles ou des mises en situations
- Favoriser l'interactivité et les aspects ludiques (dynamique et participatif)
- Ancrer l'apprentissage par un aller-retour entre la théorie et la pratique

FORMATRICE

Nathalie FERNANDEZ

Psychologue, psychotraumatologue. Intervenante pour PSDD, dans les situations de crise et d'accompagnement d'équipe. Elle est conseillère bilan de compétences.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2192	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	01-06-23 08-06-23	2	09:00 - 16:30

Brown-out : pour retrouver du sens à son travail avant de sombrer en burn-out

CIBLE

Toute personne désireuse de comprendre et d'en connaître davantage sur cette thématique

OBJECTIFS

- Prendre conscience du phénomène du brown-out
- Echanger autour des problématiques rencontrées
- Tester son niveau de vulnérabilité par rapport à ce phénomène
- Repérer des ressources internes et externes qu'ils·elles possèdent individuellement
- Dégager des pistes d'interventions possibles sur leur lieu de travail

CONTENU

- Comprendre le brown-out
- Analyser le mécanisme et le situer dans l'échelle sociale
- Echanger autour de la souffrance morale et physique en lien avec le brown-out
- Utiliser les structures existantes comme soutien
- Réfléchir à de pistes d'aménagements individuelles pour se soulager

MÉTHODE

- Cette formation permet de comprendre le phénomène du brown-out en général et au sein des entreprises. Elle aide à la prise de conscience des ressources personnelles individuelles et vise à élaborer des stratégies pour y faire face consciemment avant la survenue de pathologies
- La formation informe sur les différences entre burn-out, brown-out
- Supports : slides théoriques, vidéo, partage d'expériences, tests individuels, travaux de groupes

FORMATRICE

Caroline FEKETE

Educatrice spécialisée en psychiatrie, intervenante en Programmation Neuro Linguistique, enseignante dans le secondaire et le supérieur, auteure de deux livres. Elle collabore à la prise en charge d'une population de personnes porteuses de handicap mental/physique depuis 29 ans et est intervenante en thérapie brève depuis 18 ans. Elle a aussi enrichi ses interventions professionnelles via différentes formations sur l'hypnose, la systémique, le travail en famille, l'analyse transactionnelle, la démence, le deuil et le burn-out. Caroline s'intéresse à présent aux neurosciences.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2193	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	17-11-23	1	09:00 - 16:00

Burn-out, comprendre pour mieux agir

CIBLE

Responsables d'équipe, travailleur·euse·s

OBJECTIFS

- Comprendre la distinction entre burn-out et autres pathologies
- Détecter les signaux
- Connaître les ressources existantes et les procédures de prise en charge
- Comprendre les éléments et systèmes qui influent sur le phénomène
- Construire des pistes pour soi et les autres

CONTENU

- Attentes et cadrage : objectifs de la formation, ce que ce sera, ce que ce ne sera pas.
- Explication théorique et pratique sur le burn-out sur base de diapositives, d'analyse de vidéos et de retour d'expériences des participant·e·s.
- Comment soigner un burn-out, quelle est la procédure de prise en charge la plus adaptée ? Qui sont les professionnel·le·s de prise en charge du burn-out.
- Mise en contexte du burn-out : quels sont les éléments qui influent sur le phénomène ?
- Travail en sous-groupe : qu'est ce qui est déjà mis en place ? Quel levier utiliser ? Quelles sont les pistes d'action ? Pistes organisationnelles et pistes personnelles.
- Réflexion et outils utilisables pour soi.
- Evaluation de la journée.
- Au départ de situations concrètes : méthode d'analyse en groupe afin d'élaborer ensemble des pistes d'actions.
- Outils de régulation.
- Évaluation de la formation.

MÉTHODE

- Vidéos et description de cas cliniques rencontrés au sein de notre centre pour bien faire comprendre la problématique.
- Échanges et représentations des participant·e·s
- Par une méthode spécifique d'analyse de situations, le groupe élabore des pistes d'actions et de réflexion

FORMATRICES

Murielle SLAVIERO
Psychologue du travail

Anne BURLET
Kinésithérapeute sophrologue

PLANIFICATION

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2194	CITES Clinique du stress	ISOSL site Agora	rue Montagne Sainte Walburge 4a 4000 Liège	13-04-23 27-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN069	CITES Clinique du stress	2

Acquérir des outils pour réussir une négociation

CIBLE

Directions, coordinations, chargé·e·s de projets, cadres de proximité appelé·e·s à mener des négociations avec des collègues, d'autres partenaires et acteur·trice·s de leur environnement professionnel

OBJECTIFS

- Permettre aux participant·e·s de cerner leurs forces et faiblesses en situation de négociation
- Donner la possibilité concrète aux participant·e·s d'augmenter leurs capacités à négocier
- Acquérir des outils pour questionner, écouter, argumenter
- Intégrer les éléments et les stratégies de la négociation gagnant/gagnant
- Adopter une attitude constructive pour atteindre son objectif et préserver la qualité de la relation

CONTENU

La négociation est souvent présente dans notre vie professionnelle. Réussissons-nous toujours nos négociations ? Comment devenir meilleur·e négociateur·trice ? Quelles sont les techniques ?

- Etapes de la négociation :
  - Préparation de la négociation : analyse des enjeux, objets, relation, rapports de force…
  - Recherche d'une solution satisfaisante pour chacun·e
- Elaboration de la stratégie :
  - Identification des objectifs à atteindre
  - Clarification de la marge de manœuvre
  - Construction de scénarios alternatifs et solutions de rechange
- Facteurs de négociation :
  - Création d'un climat propice
  - Communication efficace : écoute active et traitement des objections
  - Attitudes constructives et comportements à développer en négociation : affirmation de soi, respect de soi et de l'autre, empathie…

Référents théoriques (e.a.) : William Ury, Roger Fisher, Michel Crozier, Patrice Stern & Jean Mouton, Jean H. Gagnon

MÉTHODE

- Alternance entre réflexions en groupe, apports théoriques, jeux de rôle (y compris des situations apportées par les participant·e·s) et partages d'expérience- Exercices pratiques de négociation
- Debriefings pour dégager des outils utiles pour se construire des habiletés en négociation directement transposables dans la réalité de chacun·e

FORMATEUR·TRICE

François BAZIER
Sociologue, Expert en gestion des Ressources Humaines, Superviseur, Formateur et Président du Conseil d'administration de l'Université de Paix

Guénaëlle CULOT
Master en philosophie, Equicoach, Formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2155	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	13-02-23 14-02-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN070	Université de Paix asbl	2

Approcher l'esprit de la médiation humaniste dans toute interaction interpersonnelle et groupale

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Identifier l'esprit de la médiation humaniste et se l'approprier
- Situer la médiation parmi les différentes approches M.A.R.C et connaître sa réelle définition
- Conforter sa position de médiateur·trice dans une interaction
- Utiliser d'une manière sereine tous les outils et la méthodologie de la médiation
- Oser le conflit dans une perspective réparatrice

CONTENU

- L'historique de la médiation et son contexte d'apparition
- La médiation : ses acteurs·trices, son cadre d'intervention, son éthique et sa philosophie
- Prendre connaissance de la méthodologie, la psychologie et la sociologie et déontologie nécessaires à toute pratique de médiation
- Clarifier et définir le rôle et les limites du rôle du médiateur·trice
- Appliquer les principes de médiation : confidentialité, multipartialité, confiance....
- Développement des attitudes personnelles et professionnelles nécessaires à un processus de médiation efficace
- Prendre conscience de son rôle de médiateur.trice dans le conflit, de ses propres limites, ses émotions et ses valeurs
- Saisir la réalité de la pratique du médiateur·trice à travers des mises en situation apportées par les participant·e·s
- Vivre le processus de la médiation humaniste : ses étapes, ses limites et sa finalité
- Savoir clôturer une médiation et finaliser une issue satisfaisante
- S'informer sur les divers types de médiations en EU et dans le monde

MÉTHODE

- Notre méthodologie se veut active, inductive, participative et interactive
- Active car nous faisons recours à des autodiagnostics et les participant·e·s sont encouragé·e·s à s'impliquer au travers des exercices pratiques.
- Alternance de présentations théoriques, d'expériences des participant·e·s et exercices pratiques : mises en situations, jeux de rôles. Dynamique de groupe qui soutient le partage des vécus et des stratégies liées à la médiation humaniste.

FORMATRICE

Ginette DEBUYCK
Formatrice et médiatrice agréée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2156	Médiations asbl	Auberge de jeunesse Van Gogh Botanique	rue traversière 8 1210 Bruxelles	10-11-23 16-11-23	2	09:30 - 16:00

Gérer en pleine conscience l'agressivité et les conflits pour améliorer le bien-être au travail

CIBLE

Toutes les personnes du secteur de la relation d'aide qui se sentent concernées par la thématique, que l'agressivité se situe au niveau de l'équipe ou dans la relation avec les patient·e·s/résident·e·s/bénéficiaires (désorienté·e·s ou pas) et/ou leurs familles. Indépendamment de la fonction ou du niveau d'études. Étant donné qu'elle s'appuie principalement sur le partage d'expérience et la co-construction de savoirs, le niveau « technique » sera adapté au profil des participant·e·s.

OBJECTIFS

- Découvrir les origines de l'agressivité et de nos réactions automatiques
- Informer sur les liens entre la gestion des émotions, la communication et la résolution des conflits
- Interroger les participant·e·s sur leurs rapports à l'agressivité et leur fonctionnement en situation conflictuelle
- Expérimenter la Pleine Conscience dans le cadre de la gestion de conflit : élargir la conscience de la situation conflictuelle et adopter un comportement responsable lors d'un conflit

CONTENU

L'agressivité est présente dans toutes les institutions, parfois à des niveaux divers : de la part des résident·e·s – parfois désorienté·e·s, de la part des familles, entre collègues. Celle-ci peut être visible ou invisible mais néanmoins difficile à vivre au quotidien.
Par l'outil de la Pleine Conscience, cette formation va aborder bien plus que la gestion de l'agressivité. Dans une ère où le stress est omniprésent, où les conditions de vie et de travail ont été fortement perturbées, les bénéfices de découvrir la Pleine Conscience se répercuteront dans tous les domaines.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée pour les formations est active, participative et « processus de changement ». Il s'agit de faire émerger le contenu à partir de l'expérience de chacun·e des participant·e·s, en s'aidant d'exercices de Pleine Conscience.

FORMATEUR·TRICE

Anne-Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en milieu hospitalier (soins palliatifs et oncologie), formée en soins palliatifs et qualité de vie, en communication non violente, passionnée par l'humain

Olivier BERNARD
Médecin généraliste, responsable d'une unité hospitalière de soins palliatifs, instructeur en Pleine Conscience, superviseur

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2157	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	23-03-23 30-03-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN071	CEFEM	2

Introduction à la Communication Non-violente
suivant l'approche de Marshall Rosenberg

CIBLE

- Aux responsables d'équipe, coordinateur·trice·s de projets, formateur·trice·s…
- Aux éducateur·trice·s sociaux·ales, assistant·e·s sociaux·ales, psychologues, professionnel·le·s de la santé…

OBJECTIFS

- Apprendre à identifier ce qui, dans la communication, entraîne un enrichissement des relations et ce qui, au contraire, provoque des tensions, de la résistance et même de la violence
- Augmenter notre capacité à nous relier à nous-même et aux autres pour pouvoir contribuer à notre bien-être réciproque

CONTENU

« La Communication non-violente est un outil qui nous aide à échanger les informations nécessaires pour donner et recevoir dans un esprit de compassion. Elle attire notre attention sur les sentiments, besoins et demandes de chaque personne et la garde de toute critique. Elle permet la poursuite du dialogue même lorsque nous échangeons des opinions divergentes ou que nous sommes en conflit ».
Marshall Rosenberg

Basée sur des références éthiques universelles, la Communication non-violente est essentiellement pratique et applicable à des situations très diverses. Elle focalise notre attention sur les ressentis, besoins et demandes de chaque personne par delà toute critique.

Référent théorique : Marshall Rosenberg

MÉTHODE

Les repères théoriques alternent avec des exercices progressifs, afin que chaque participant·e intègre les apprentissages dans ses comportements relationnels.

FORMATEUR·TRICE

Jean-François LECOCQ
Formateur certifié en Communication non-violente, Médiateur, Collaborateur de l'Université de Paix

Evelyne SOMVILLE
Assistante sociale, formatrice à l'Université de Paix en cours de certification en communication non-violente

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2158	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	01-06-23 02-06-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN072	Université de Paix asbl	2

Personnalités difficiles, comment les gérer ?

CIBLE

Toute personne qui souhaite décrypter les personnalités difficiles et déterminer les types de communication à adopter

OBJECTIFS

- Identifier les personnalités difficiles
- Analyser une situation à risque et prendre les mesures adéquates
- Adapter ses outils de communication afin d'établir une relation positive et efficace

CONTENU

- Décoder, anticiper et identifier les personnalités difficiles
- Faire la différence entre une situation à risque ou difficile et un état pathologique
- Gérer son émotivité et son stress face à ces situations
- Déterminer les leviers d'actions et désamorcer les états de stress des personnes difficiles
- Dépasser et gérer les situations conflictuelles en identifiant l'origine du conflit et acquérant des outils de communication positifs et efficaces
- Adopter la bonne attitude en fonction de la source des difficultés

MÉTHODE

La formation se fera sur base des expériences et du vécu des participant·e·s, avec une alternance de moments d'échanges, de jeux et d'animations suivis de moments de théorie et d'exercices pratiques. Cette formation vous permettra d'expérimenter des outils simples, utilisables au quotidien.

FORMATRICE

Isabelle PIROTTE

Isabelle est coach, formatrice, médiatrice agréée auprès de la Commission fédérale de médiation et consultante en gestion du changement et des conflits. Elle dispose également d'une expérience de plus de 6 ans comme directrice des ressources humaines, juridique et opérationnelle d'une société de communication qui lui permet de connaître de l'intérieur les défis à relever par les organisations.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2160	Formeville asbl	Formeville asbl	rue Coenraets 66 1060 Bruxelles	25-05-23 01-06-23 08-06-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN073	Formeville asbl	3

Le conflit, facteur de changement et d'innovation

CIBLE

Toute personne du secteur non marchand

OBJECTIFS

- Appréhender le conflit de manière constructive et dynamique
- Aider son équipe à franchir le cap du conflit et d'en tirer des enseignements
- Gérer de manière efficace les conflits de son équipe
- Savoir se positionner de manière constructive face à un conflit
- Comprendre ses fonctionnements internes en cas de conflits

CONTENU

- Découvrir les postures de la négociation et de la régulation des conflits
- Comprendre les enjeux en présence dans un conflit
- Expérimenter des méthodes de résolution de conflits
- Analyser et proposer des pistes de solutions pour des situations professionnelles

MÉTHODE

Dans nos formations, nous utilisons des méthodes adaptées à la pédagogie des adultes :

- utiliser et analyser leurs situations professionnelles
- transformer leur expérience « implicite » en processus « explicite » au regard de notre théorie et de nos modèles
- favoriser l'interactivité et les aspects ludiques (dynamique)
- ancrer l'apprentissage par un aller retour entre la théorie et la pratique

FORMATEUR

Naedgy DAHMANI

Coach et formateur, intervenant pour PSDD dans les organisations du secteur non-marchand. Conseiller bilan de compétences, gestion du changement et prévention des risques psycho-sociaux.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2161	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	21-11-23 28-11-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN074	PSDD asbl	2

Comprendre et s'enrichir de la diversité pour mieux collaborer

CIBLE

Tout·e travailleur·euse amené·e à être en contact avec un public diversifié, d'origines culturelles différentes...

OBJECTIFS

- Prendre conscience de son identité propre
- Reconnaître les grandes différences culturelles
- Prendre conscience des éléments qui parasitent la compréhension
- Entrer dans un processus de respect des différences
- Analyser son type de communication et développer une expression juste permettant de mieux fonctionner ensemble

CONTENU

- Ma carte du monde et ses impacts dans ma vision professionnelle
- Découverte des différentes facettes de la diversité par de courtes vidéos
- Le modèle de l'iceberg dans notre perception d'une culture différente
- Stéréotypes et préjugés
- La communication non verbale
- Communication explicite et implicite
- La base des différences culturelles et autres :
  - Le rapport aux autres, au temps, à l'environnement
- Valeurs culturelles opposées mais besoins identiques
- Le cercle vertueux des bonnes attitudes et communication face à la diversité
- Conclusions

MÉTHODE

L'interactivité est la base méthodologique de la formation : jeux, réflexions individuelles et en groupe sur des cas proposés, mises en situation selon le vécu des participant·e·s, recherche de solutions appropriées aux problèmes concernés. Certaines mises en situation seront filmées puis visionnées selon les nécessités.

FORMATRICE

Lysiane CHARRY

Formatrice spécialisée en communication interculturelle, diversité, médiation interculturelle, communication bienveillante, assertivité, écoute active, gestion de conflit, gestion de l'agressivité, citoyenneté et développement durable, animation de supervision d'équipe

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2106	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	22-09-23 29-09-23	2	09:00 - 16:30

Mieux collaborer en télétravail

CIBLE

Toute personne amenée à travailler en télétravail

OBJECTIFS

- Optimiser sa communication à distance avant, pendant et après les temps de rencontre
- Renforcer l'esprit d'équipe
- Prendre le temps de dynamiser les synergies entre collègues
- Maintenir des liens de proximité avec ses collègues malgré la distance
- Co-animer une réunion à distance de manière interactive

CONTENU

- Sur base des expériences vécues, prendre conscience des caractéristiques et des difficultés liées au télétravail : gestion des priorités, temps de coordination, disponibilité…
- Clarifier en équipe les rôles de chacun·e et les règles de fonctionnement en télétravail
- Communiquer de manière efficace afin de maintenir une communication fluide et constructive
- Revisiter le fonctionnement des réunions et identifier des axes de progrès pour la mise en place de réunions à distance

MÉTHODE

La formation est interactive avant tout et prend appui sur les réalités et les vécus des participant·e·s. Les exposés «théoriques » sont discutés en sous-groupes à travers des activités de brainstorming, des temps de réflexion en individuel et alternent avec des mises en situation et des jeux de rôles en lien avec les situations vécues par les participant·e·s. Chacun·e repart avec une boîte à outils pratiques facilement applicables sur son lieu de travail.
La formation se clôture par la rédaction d'un plan d'action concret et pratique afin d'accompagner les participant·e·s dans le transfert de ce qui aura été vu pendant la formation vers leurs réalités de terrain.

FORMATRICE

Anne DEBATY

Créatrice de Motiv-action, collaboratrice FORS, formatrice et consultante en communication et en management, compte plus de 20 années d'expérience en tant que chef de projet et formatrice dans le domaine des ressources humaines et de la formation continue

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Demi-jours	Horaire
F2081	FORS HENALLUX	en visioconférence	09-02-23 16-02-23	2	09:00 - 12:00

(Re)Faire équipe (en période ou) après la crise COVID

CIBLE

Toute personne se sentant touchée ou impliquée par la question du travail en équipe y trouvera sa place

OBJECTIFS

- Dédier un espace-temps au partage en équipe des ressentis dû à la crise et ses implications passées, présentes, à venir
- Favoriser la création du lien entre les membres de l'équipe
- Valoriser les rôles et les fonctions propres à chacun·e, pour un renforcement général de l'équipe
- Identifier les forces et les défis pour participer à une évolution positive d'équipe
- Présenter les outils de collaboration positive, constructive et non violente

CONTENU

Parce qu'une équipe est constituée de multiples êtres différents, la formation ouvre avec les participant·e.s la réflexion pour que chacun·e trouve sa juste place et que la cohésion d'équipe s'en trouve renforcée.
Les travailleurs·euses prendront dans un premier temps, un espace pour s'exprimer. Ensuite – sur base de ce qui aura été exprimé – le deuxième temps sera consacré à travailler ensemble « l'après » ou le futur en équipe. Cela s'organisera entre des repères « théoriques » autour de la cohésion d'équipe et une intégration pratique sur le « vécu en équipe ».
Les thèmes qui accompagneront ces réflexions : la communication non violente, interpersonnelle, l'esprit d'équipe, l'assertivité, les dynamiques de groupe etc.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e.s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Sylvie JAMAR
Formatrice, médiatrice agréée dans les matières civiles, commerciales et sociales. Elle est également qualifiée en coaching et gestion de crise.

Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse. Françoise accompagne des équipes soignantes dans différents types d'institutions.

Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2082	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	04-04-23 11-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN075	CEFEM asbl	2

Ni bourreau, ni victime, ni sauveur : Vivre des relations justes et équilibrées au sein de l'équipe

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Reconnaître les jeux de pouvoir dans lesquel on rentre
- Prendre sa responsabilité dans toutes les situations
- Faire preuve d'empathie envers ses pairs
- Etre assertif·ve en tenant compte de ses besoins et de ceux des autres
- Avoir une meilleure image de soi

CONTENU

- Le triangle dramatique
  - Présentation des positions de vie et du triangle dramatique de Karpman
  - Quand et comment se retrouve-t-on dans ces jeux de pouvoir ? Est-ce normal ? En quoi est-ce que cela nuit à la relation professionnelle et au développement des compétences ? Comment agir et réagir, même lorsque l'on se trouve dans une fonction hiérarchique qui «donne du pouvoir» ?
- Une place juste et équilibrée
  - Distinction entre une place juste et une position hiérarchique
  - Respect de chaque individu dans le cadre du travail
  - Impact d'une relation équilibrée sur le déploiement des compétences et l'efficacité d'un travailleur·euse
- Le triangle vertueux
  - Apprendre à être responsable sans être coupable
  - Développer son empathie, accueillir l'autre dans ce qu'il·elle est
  - Devenir assertif·ve: apprendre à oser dire non, à affirmer ses besoins tout en étant à l'écoute des besoins de l'autre
  - Outils de reformulation d'écoute active et méthode DESC
- Développer la confiance et l'estime de soi
  - La dynamique de la confiance en soi
  - Outils d'intégration et de transformation des croyances limitantes

MÉTHODE

- Exposé théorique et interactif pour comprendre.
- Analyse et réflexion personnelle pour se situer et amorcer le changement.
- Etudes de cas rencontrés pour expliquer et concrétiser.
- Mise en pratique par des exercices et des jeux de rôles pour intégrer.

FORMATRICE

Christelle COLLEAUX

Maitre Praticienne en PNL et formatrice en Ressources humaines depuis 5 ans. Le développement de potentiel ainsi que le développement des aptitudes relationnelles sont ses domaines de prédilection.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2083	COCOON	Oxyjeunes,	rue Albert 1er 89 6240 Farciennes	22-06-23 23-06-23	2	09:00 - 16:00

Outils d'intelligence collective au service du travail en équipe

CIBLE

Tout·e travailleur·euse du secteur de l'animation, professionnel·le de l'accueil d'enfants et de jeunes, désireux·euse de s'interroger sur la notion d'intelligence collective au profit du travail d'équipe

OBJECTIFS

- Appréhender différents aspects liés au travail en équipe : définition, rôles, fonctionnement…
- Découvrir des outils d'intelligence collective au service d'objectifs liés au travail en équipe : comment élaborer collectivement ?, comment définir un projet en tenant compte des ressources d'intelligence collective ?
- Identifier les freins et les facilitateurs du travail en équipe
- Analyser de manière systémique des pratiques de terrain en lien avec le travail en équipe
- Mettre en place des dispositifs d'animation d'intelligence collective au service d'objectifs liés au travail d'équipe, c'est à dire : comment élaborer collectivement ?

CONTENU

Durant trois journées, notre formatrice alternera :

- des moments d'apports théoriques, de concepts, de définition, d'exemples concrets...
- des moments de réflexions et de compréhension des mécanismes de dynamique d'équipe - des expérimentations d'outils d'intelligence collective au service d'objectifs variés (définir un projet en équipe, évaluer celui-ci par étape, renforcer la cohésion, analyser des pratiques, envisager des changements à plusieurs niveaux…)

Les outils d'intelligence collective seront ensuite analysés afin de comprendre en quoi ils sont utiles pour servir des objectifs plus généraux. Un point d'attention est porté à éviter le concept d'« outil clé sur porte », mais bien à envisager une articulation cohérente entre outils / techniques et sens et objectifs.
Dans ce cadre, la formation sera particulièrement dynamique et les participant·e·s pourront amener des exemples/des situations issues de leurs pratiques.
Les outils utilisés durant les 3 jours de formation seront variés au niveau des formes : jeu, créativité, éducation permanente et populaire, théâtre, expression…

MÉTHODE

- Des apports théoriques / des définitions / des concepts / des exemples concrets
- Des temps d'analyses des besoins et des attentes des participant·e·s
- Des moments de prise de recul par rapport aux représentations de chacun·e afin de pouvoir envisager le travail en équipe / la notion d'intelligence collective sous un angle différent
- Des activités pratiques d'expérimentation d'animation avec des arrêts sur image
- Des temps d'échanges, de partages de ressentis et de réflexions entre participant·e·s

FORMATRICE

Nadia BODART
Animatrice/formatrice au C-Paje depuis presque 10 ans

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2084	C-Paje	C-Paje	rue Henri Maus 29 4000 Liège	10-10-23 12-10-23 19-10-23	3	09:00 - 16:00

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement des nouveaux-elles engagé-es

CIBLE

Travailleurs·euse·s du secteur non marchand susceptibles d'accueillir et de former de nouveaux·elles collègues.

OBJECTIFS

- Permettre aux travailleurs·euse·s d'optimiser l'accueil réservé à des nouveaux·elles collègues
- Favoriser la relation entre l'équipe en place et les nouveaux·elles arrivant·e·s
- Générer une réflexion à propos des informations essentielles à transmettre dans un premier temps dès l'entrée et le partage d'expérience dans un second temps

MÉTHODE

- Support écrit (syllabus) + invitation à la prise de notes
- Réflexion en sous-groupes
- Analyse de documents
- Echanges d'idées et débat

FORMATRICE

Marie-France PIN

Educatrice spécialisée chargée pendant 12 ans de l'accompagnement des stagiaires au sein d'une institution. Chargée de cours + supervision des stages des futur·e·s éducateurs·trices (ESS et Bacheliers) dans l'enseignement de promotion sociale.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2091	EAFC Thuin-Erquelinnes	EAFC Thuin-Erquelinnes	Grand rue 52 6530 Thuin	10-02-23 17-02-23	2	09:00 - 16:00

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement des nouveaux.elles engagé.e.s

CIBLE

Toute personne qui accueille de nouveaux collègues au sein de son institution

OBJECTIFS

- Identifier les enjeux de la fonction de tuteur·trice
- Accueillir et accompagner le·la nouveau·elle collègue
- Accompagner les premières semaines - les premiers mois

CONTENU

- Enoncer les représentations en lien avec son rôle
- Définir ses missions principales
- Clarifier les responsabilités au sein de l'équipe
- Réfléchir à une intégration réussie avec les collègues
- Clarifier les usages implicites et explicites de l'institution
- Concevoir la progression vers l'autonomie et l'évaluation de la personne engagée avec des objectifs clairs et réalistes
- Recherche et réalisation d'outils

MÉTHODE

- Partir de la réalité des participant·e·s
- Participation active aux échanges de bonnes pratiques
- Co-construction de propositions d'accompagnement

FORMATRICE

Véronique DE CLERCK
Enseignante / Coordinatrice de sections

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2092	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	10-02-23 17-02-23	2	08:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN076	CPSE	2

Tutorat et accompagnement

CIBLE

Toute personne amenée à former une autre dans l'apprentissage d'un nouveau travail

OBJECTIFS

- Accueillir, former, encadrer, accompagner les tutoré·e·s et les évaluer
- Utiliser ses aptitudes communicationnelles, notamment en vue de transmettre efficacement des consignes
- Connaître les mécanismes de la motivation et les notions clés de la pédagogie
- Appliquer efficacement des techniques de transmission de savoir-faire
- Observer et évaluer les progrès des tutoré·e·s ; donner du feedback

CONTENU

- Situer le rôle de la personne tutrice dans le dispositif de formation
  - Identifier le rôle de la personne tutrice et ses obligations
  - Identifier les difficultés rencontrées par la personne tutrice dans la pratique
- Connaître le public
  - Identifier les caractéristiques des apprenant·e·s
  - Adopter un comportement facilitant l'apprentissage
- Planifier et organiser l'accueil de l'apprenant·e
- Accompagner l'apprenant·e dans sa découverte du métier et du milieu professionnel
  - L'intégrer au sein de l'entreprise et dans l'équipe
- Transmettre le métier
  - Planifier la progression des tâches confiées à l'apprenant·e
  - Montrer et expliquer les gestes professionnels et les démarches techniques, donner des consignes claires
- Initier l'apprenant·e à l'évaluation
  - Identifier les objectifs, les objets et les moments de l'évaluation
  - Sensibiliser l'apprenant·e à l'intérêt de porter un regard critique sur sa pratique professionnelle et ses comportements
  - Donner du feed-back constructif
- La communication au service la personne tutrice et déclinée dans son action

MÉTHODE

L'interactivité est l'essence même de cette formation : exercices pratiques, débats, jeux de rôle, mises en situation, analyse de situations réelles, exploitation du vécu des participant·e·s, recherche de solutions appropriées aux problèmes amenés, tests d'autoévaluation, analyse de vidéos...

FORMATRICE

Nathalie FABBRO

Depuis 2006, formatrice et coach en communication interpersonnelle, en charge de divers domaines soft skills, formation de formateur·trice, techniques de communication, assertivité, gestion de conflits ou d'agressivité, accueil, relations clients...

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2093	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	14-04-23 21-04-23 28-04-23	3	09:00 - 16:30

Tutorat/parrainage d'un nouveau travailleur.euse

Les clés pour un accueil et une intégration réussie

CIBLE

Tous·tes les professionnel·le·s susceptibles d'accueillir et de parrainer de nouveaux·elles travailleurs·euses ou responsables d'organiser leurs premiers pas dans l'organisation

OBJECTIFS

- Discerner les enjeux et les bénéfices d'une vraie politique d'accueil et d'accompagnement : pour l'institution, pour les travailleurs·euses et pour les « parrains » ou « marraines»
- Apprendre à poser les bases d'un dispositif d'accompagnement des nouveaux·elles collègues en institution : les outils, les référentiels, les instruments de pilotage

CONTENU

- Accueil d'une nouvelle personne dans une équipe : aspects légaux et obligations
- Accueillir et intégrer : pourquoi c'est essentiel et malgré tout si difficile ?
- Le parrainage/tutorat, l'affaire de tous : définir les acteurs·trices et les contributions possibles
- Quelques trucs et astuces pour bien accueillir
- Définir les principales composantes du parcours d'intégration
- Comment construire un référentiel des compétences à acquérir et avec quels supports ?
- Baliser les dangers et anticiper les problèmes
- Organiser les différents outils, planifier les actions et définir les modes d'évaluation

MÉTHODE

- Exposés formatifs en alternance avec des techniques d'émergence et échanges
- Formalisation d'exemples de parcours d'intégration et distribution de différents supports permettant de faciliter l'accueil et l'intégration de collègues et la mise en œuvre du tutorat/parrainage dans les institutions

FORMATEUR

Barbara FLANDROIT

Licenciée et agrégée en communication, formée à l'évaluation interne et à la gestion de projets, expérimentée notamment en analyse et mise en place d'outils de gestion des ressources humaines et de développement des compétences. A dirigé des projets et des équipes dans des organisations à finalité sociale.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2094	CEFORM	CRES	route d'Obourg 30 7000 Mons	14-04-23	1	09:30 - 16:30

Tutorat : accompagnement de travailleur. euse.s

CIBLE

Personne désireuse d'accompagner une personne en formation dans le secteur du non-marchand.

OBJECTIFS

Accompagner un·e travailleur·euse afin de faciliter son apprentissage

CONTENU

- Analyse des outils existant dans le groupe
- Présentation des différents secteurs d'activités concernés
- Différences entres les formations proposées
- Concept théorique d'écoute active et de relation d'aide
- Analyse de situations pratiques au regard de la théorie apprise
- Un temps sera donné aux demandes particulières
- Analyse des méthodes d'évaluation. Comment formuler des points forts
- Comment formuler des points à améliorer ?
- Mise en situation pratique
- Analyse et conclusion

MÉTHODE

- Notions théoriques par powerpoint
- Outils d'évaluation
- Mise en situation
- Partage entre participant·e·s

FORMATEUR

Louis LAMBERT
Coach

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2095	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	21-09-23 28-09-23 05-10-23 12-10-23	4	08:30 - 15:00

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement des nouveaux.elles engagé.e.s

CIBLE

Tout·e travailleur·euse qui accompagne des nouveaux·elles engagé·e.s dans le secteur non marchand, tout secteur confondu.

OBJECTIFS

- Permettre aux professionnel·le·s du secteur non marchand, possédant une expérience professionnelle avérée, d'accompagner au mieux les nouveaux·elles engagé·e·s en favorisant leur intégration au sein de l'institution

CONTENU

- Définir la fonction de la personne tutrice et ses principales missions.
- Identifier les différentes formes de tutorat dans le secteur non marchand
- Exprimer les ressentis individuels des participant·e·s par rapport à la fonction de tuteur·trice
- Identifier les principales difficultés rencontrées par la personne tutrice sur le terrain
- Identifier les principales attentes des nouveaux·ellesengagé·e·s par rapport au à la personne tutrice
- Accueillir et faire connaissance avec le·a nouvel·le engagé·e.-
- Faciliter son intégration au sein de l'équipe
- Réfléchir à des supports d'information
- Clarifier les usages implicites et explicites de l'institution
- Transmettre les pratiques, les principales situations de travail etles tâches à accomplir
- S'entretenir de manière régulière avec les nouveaux·elles engagé·e·s
- Répondre aux éventuelles questions
- Vérifier la compréhension et l'assimilation des tâches à accomplir
- Proposer des pistes de solutions si des lacunes sont relevées
- Donner un feedback constructif auprès du·de la nouvel·le engagé·e qu'il soit positif ou négatif

MÉTHODE

Alternance continuelle entre théorie et pratique : analyse de situations professionnelles concrètes des participant·e·s, mises en situation, jeux de rôle, réflexion sur la mise en place d'outils concrets ….grâce au partage d'expériences.

FORMATRICE

Aurore LINCE

Forte de sa licence en travail social, de plusieurs années de travail dans l'intérim et comme conseillère en orientation professionnelle, Aurore Lincé enseigne aujourd'hui principalement la communication dans le domaine des soins aux personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2096	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	03-10-23 10-10-23	2	08:30 - 16:00

Devenir tuteur.trice : accompagner et viser l'autonomie sans s'imposer

CIBLE

Personne tutrice débutante

OBJECTIFS

- Mettre en place des méthodes et outils de tutorat pour accompagner les nouveaux·elles collaborateurs·trices
- Adapter sa communication pour mener à bien sa fonction de la personne tutrice en fonction des besoins et de la personne tutorée
- Utiliser des outils pour se remettre en question et évoluer dans sa fonction de la personne tutrice
- Adopter une posture de la personne tutrice pour accompagner sans s'imposer

CONTENU

- Identifier et construire la posture et les missions de la personne tutrice
- Expérimenter des méthodes
- Construire un processus d'accompagnement adapté aux spécificités des métiers
- Construire son cadre d'intervention en fonction de ses missions, de ses forces et de ses difficultés

MÉTHODE

La démarche proposée dans ce dispositif est orientée vers la pratique. Le formateur propose de vivre de façon concrète des techniques d'accompagnement qui pourront être réutilisées directement dans les démarches de tutorat. Pour que les méthodes vécues soient au service du contenu de la formation, le formateur les utilisera pour que les participant·e·s puissent vivre un tutorat sur leurs pratiques. Cette formation propose donc d'allier le fond et la forme en réalisant des allers-retours successifs entre la mise en pratique, la mise à distance du processus vécu, la conceptualisation et le transfert vers le terrain d'action. Suite à ces expérimentations, chacun·e aura l'occasion de construire des actions à mettre en place pour accompagner les nouveaux·elles collaborateurs·trices.
Outre ces spécificités, le dispositif proposé s'inscrit dans la lignée de notre politique de formation et de nos valeurs telles que nous les avons décrites dans la présentation générale de cet appel d'offre.
Au niveau de la flexibilité du dispositif le formateur proposera une analyse des besoins en vue d'adapter la formation aux réalités de terrain. En ce qui concerneles supports, les participant·e·s recevront des ressources théoriques qui reprennent le contenu de la formation. Ceux-ci seront accompagnés de supports à s'approprier qui leur permettront de créer un plan d'action, de se fixer des objectifs et de prendre de la distance sur leurs pratiques.

FORMATEUR

Guillaume HANNECART

Formateur chez Cap Action; la pédagogie, les neurosciences, le management, l'accompagnement au changement et les supervisions d'équipes sont ses domaines de prédilection.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2097	CAP ACTION	Centre Lilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	14-11-23 21-11-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN077	CAP ACTION	2

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement en formation

OBJECTIFS

- Identifier le rôle de la personne tutrice et les modalités d'accompagnement
- Caractériser les attitudes et pratiques de la personne tutrice de stage
- Proposer, en justifiant ses choix, une intervention permettant une relation de confiance avec l'apprenant·e en favorisant sa progression
- Réaliser la cartographie de ses étudiant·e·s en stage
- Utiliser des outils d'accompagnement et d'évaluation

CONTENU

- Formaliser les différentes formations, leur parcours scolaire et les exigences des diverses parties (école/institution/étudiant·e).
- Présenter le rôle de la personne tutrice de stage, ses missions et les enjeux de sa fonction
- Identifier les principales filières de formation dont sont issus les stagiaires
- Expliciter les modalités d'accompagnement adaptées aux stagiaires
- Identifier ses propres compétences relationnelles, ses attitudes facilitantes et les obstacles dans les relations entre la personne tutrice et le·la stagiaire
- Proposer des interventions permettant une relation de confiance
- Appréhender la convention de stage, les objectifs d'apprentissage, les modalités d'évaluation, les outils d'observation...
- Identifier ses compétences pédagogiques, points forts, points faibles...
- Poser un regard critique sur ses aptitudes à l'exercice du tutorat.

MÉTHODE

Participant·e·s qui sont proches de l'accompagnement des étudiant·e·s stagiaires provenant du secondaire, du supérieur dans les options sociales.
Cette formation va vous permettre d'échanger avec d'autres participant·e·s sur vos pratiques de terrain, vos difficultés face à certaines situations d'étudiant·e·s…

FORMATRICE

Fabienne JASZCZINSKI
Educatrice spécialisée. Tutrice de stage durant plus de 20 ans. Formatrice aux CEMEA. Master en Sciences de l'éducation, filière « formation des adultes ». Professeure de stage en secondaire et en supérieur. Participante au CREMS (collectif de recherche des éducateurs en milieu scolaire).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2101	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	17-02-23 24-02-23	2	09:00 - 16:30

Tutorat : accompagnement de personnes en formation

OBJECTIFS

- Réfléchir à cette nouvelle fonction de la personne tutrice
- Créer en groupe un profil de fonction et une identité professionnelle selon les publics accueillis
- Réfléchir sur des situations complexes de suivi

CONTENU

- Permettre aux participant·e·s d'évoquer leurs pratiques de terrain
- Fixer des objectifs progressifs et réalisables aux stagiaires
- Transmettre des gestes professionnels
- Utiliser des outils de communication
- Caractériser les attitudes bénéfiques de la personne tutrice
- Se mettre en question et en jeu face à des situations complexes
- Accompagner les stagiaires plus récalcitrants
- Proposer des interventions permettant des relations de confiance
- Travailler en partenariat avec les professeur·e·s de stage

MÉTHODE

- Méthodes expérimentales et actives
- Mises en situations, réflexions en petits groupes, utilisation de moyens d'expressions diverses

FORMATRICE

Fabienne JASZCZINSKI

Educatrice spécialisée en accompagnement psycho-éducatif. Professeure en secondaire et en promotion sociale dans les sections Educateurs. Formatrice aux CEMEA. Master en Sciences de l'éducation, filière « Formation des adultes ».

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2102	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	19-05-23 26-05-23 02-06-23 09-06-23	4	09:00 - 16:30

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement en formation

CIBLE

Cette formation s'adresse aux professionnel·le·s du secteur non marchand qui accompagne des apprenant·e·s sur le terrain.

OBJECTIFS

- Sensibiliser aux compétences principales de la personne tutrice dans l'accompagnement des jeunes en formation en alternance, des étudiant·e·s de l'enseignement secondaire de plein exercice, de promotion sociale ou d'autres organismes de formation
- Donner des outils pour accompagner au mieux les apprenant·e·s sur le terrain afin que l'expérience de stage soit la plus porteuse possible

CONTENU

- Partage d'expériences et échange de bonnes pratiques sur les modalités d'accueil des stagiaires
- Cerner les différents profils de stagiaires
- La confiance en soi du·de la stagiaire et son parcours personnel
- Décliner les différents rôles de la personne tutrice de stage ainsi que les spécificités éventuelles propres aux différents domaines et aux différentes institutions
- Quelques outils de communication
- Aborder le principe d'éducation positive
- L'attitude de coach dans l'accompagnement
- Réflexion sur de nouvelles pistes pour améliorer l'accueil et l'encadrement des stagiaires
- Elaboration au minimum d'un outil concret par participant·e ou par institution

MÉTHODE

- Partir des expériences professionnelles des participant·e·s
- Exercices pratiques divers
- Partage d'expériences entre participant·e·s
- Echange de bonnes pratiques
- Elaboration d'un outil concret d'amélioration de prise en charge d'accompagnement des stagiaires par participant·e ou par institution

FORMATRICE

Aurore LINCE

Forte de sa licence en travail social, de plusieurs années de travail dans l'intérim et comme conseillère en orientation professionnelle, Aurore Lincé enseigne aujourd'hui principalement la communication dans le domaine des soins aux personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2103	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	05-06-23 12-06-23	2	08:30 - 16:00

Accueillir et accompagner les stagiaires avec bienveillance et efficacité

CIBLE

Cette formation est adaptée à toute personne qui, dans son association, souhaite accueillir un·e stagiaire avec bienveillance et efficacité.

OBJECTIFS

- Identifier les enjeux de la fonction de la personne tutrice
- Développer la posture de la personne tutrice et les responsabilités de l'équipe dans l'accueil du·de la stagiaire
- Accueillir et accompagner efficacement le·la stagiaire dans son évolution personnelle

CONTENU

- Identifier les enjeux de l'accueil de stagiaires en milieu professionnel
- Développer la posture de la personne tutrice et les responsabilités de l'équipe
  - Déterminer les représentations du rôle de « tuteur·trice »
  - Contribution au processus réflexif sur les pratiques
  - Clarifier la répartition des rôles et des tâches entre tous les acteurs·trices concerné·e·s
- Accueillir et accompagner efficacement le·la stagiaire dans son évolution personnelle
  - Déterminer les éléments d'un accueil de qualité et définir une charte d'accueil
  - Présenter au jeune les différents cadres, référents, fonctions et publics
  - Développer un carnet de bord du·de la stagiaire destiné à soutenir la progression de l'acquisition des compétences professionnelles et à objectiver les évaluations régulières
  - Soutenir le·la jeune face à ses difficultés d'apprentissage et/ou d'intégration en fonction de ses caractéristiques socioculturelles

MÉTHODE

Méthode participative et inductive. Le formateur s'appuie sur le vécu des participant·e·s et leurs représentations du rôle de la personne tutrice. Co-construction avec des allers-retours entre la théorie et la pratique quotidienne. Les participant·e·s repartiront avec un document de synthèse théorique et des outils directement utilisables dans leurs relations avec les stagiaires.

FORMATEUR

Jean-Luc VERCAEMST
Licencié en communication, formé en gestion du non-marchand, responsable de formations chez Emancipe

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2104	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	07-06-23 08-06-23	2	09:30 - 16:30

Tutorat : sensibilisation à l'accompagnement en formation

CIBLE

Toute personne désireuse d'encadrer au mieux les stagiaires au sein de leur institution

OBJECTIFS

- Aider les travailleur·euse·s du secteur non marchand à offrir un accompagnement optimal aux stagiaires en respectant les attentes de leur institution et l'enseignement
- Favoriser une plus grande efficacité des institutions dans la mise en place de partenariat avec l'enseignement et les diverses formations proposées aux apprenant·e·s
- Générer une réflexion de la personne tutrice (maitre de stage) sur l'importance de l'évaluation des stagiaires

CONTENU

- Définir ce qu'est un stage, le rôle imaginé par les tuteur·trice·s et informer du rôle réel attendu par les institutions, le milieu de l'enseignement ou de la formation, l'apprenant·e, le secteur...
- Définir le public cible ainsi que les attentes de l'institution et du·de la tuteur·trice par rapport au·à la stagiaire et à la formation
- Mettre l'accent sur l'importance d'un partenariat entre les différents intervenants (institution, milieu scolaire et/ou de formation, réseau...).
- Donner des pistes pour favoriser un encadrement de stage pédagogique, bienveillant et dynamique
- Informer des difficultés éventuelles et des avantages générés par le rôle de la personne tutrice faisant le lien entre les attentes des un·e·s et des autres
- Aider la personne tutrice à déchiffrer les grilles d'évaluation et la sensibiliser à l'importance d'une évaluation juste et cohérente des apprenant·e·s (objectifs, remise en question, processus d'évaluation continue, auto évaluation du stagiaire...)

MÉTHODE

- Support écrit (syllabus) + invitation à la prise de notes
- Réflexion en sous-groupes
- Analyse de documents
- Echanges d'idées et débat

FORMATRICE

Marie-France PIN

Educatrice spécialisée chargée pendant 12 ans de l'accompagnement des stagiaires au sein d'une institution. Chargée de cours + supervision des stages des futurs éducateurs·trices (ESS et Bacheliers) dans l'enseignement de promotion sociale.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2105	EAFC Thuin-Erquelinnes	EAFC Thuin-Erquelinnes	Grand rue 52 6530 Thuin	15-11-23 22-11-23	2	09:00 - 16:00

3

OUTILS DE GESTION POUR LES ORGANISATIONS NON MARCHANDES

Access

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les logiciels courants de bureautique, plus précisément un·e gestionnaire de bases de données, dans le cadre de son travail

OBJECTIFS

- Exploiter les fonctionnalités élémentaires du logiciel Access
- Utiliser l'acquis face à des situations nouvelles
- Pouvoir analyser ses besoins et créer la base de données la plus adaptée à ceux-ci
- Encoder les données via un formulaire
- Trier, filtrer des enregistrements

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail : rubans, onglets, groupes de commande, outils, règles, barre de formules, menus contextuels…
- Mettre en œuvre les procédures de base
- Créer une base, une table ; nommer les champs et choisir leur type ; remplir un enregistrement
- Créer des requêtes de sélection avec et sans critères
- Effectuer des calculs simples et trier les résultats
- Créer et modifier un formulaire
- Créer un état, utiliser les outils de présentation, faire un regroupement
- Imprimer un état : orientation, entêtes et pieds de page, aperçu…

MÉTHODE

Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé
Un ordinateur + un syllabus (théorie + exercices pratiques) par participant·e.

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours choisi·e parmi les enseignant·e·s de la Ville de Liège, dont l'expertise en informatique-bureautique est avérée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2201	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	19-04-23 26-04-23	1,5	09:00 - 16:30 09:30 - 12:30

Access : analysez ,concevez, développez une application de type base de données

CIBLE

Toute personne intéressée par la construction d'une base de données et sa réalisation avec Access (en version 2013 ou 2016 ou 2019 ou 365)

OBJECTIFS

- Concevoir une BD centrée sur un thème ou un besoin précis
- Analyser une application de type BD
- Elaborer une BD à partir d'un schéma Entité – Association
- Créer une BD relationnelle
- Générer des objets d'ACCESS (Tables - Requêtes (SQL) - Formulaires – Etats – Macros)

CONTENU

- ANALYSER un projet de BD :
  - finalités, objectifs et analyse descriptive
  - analyse des données et des traitements
  - schéma Entité – Association et schéma physique
  - présentation d'analyses de projets réels
- CREER une BD avec ACCESS :
  - tables (et relations)
  - requêtes multitables et multicritères + champs calculés
  - requêtes statistiques et analyses croisées
  - requêtes - Actions
  - SQL (introduction)
  - formulaires et sous-formulaires + contrôles personnalisés
  - états + contrôles personnalisés
  - statistiques et calculs
  - exportation vers EXCEL (dynamique et statique) ou WORD (publipostage)
  - introduction aux macros

MÉTHODE

Modules centrés sur la pratique avec exercices variés et progressifs permettant à chacun·e d'avancer à son rythme. Laboratoire informatique facilitant des cours vivants, conviviaux, interactifs et efficaces.
Cette formation fait une large place à l'expérience du formateur dans le développement de bases de données avec Access dans différents secteurs d'activité marchands ou non-marchands depuis de nombreuses années mais également à l'écoute des questions issues de la réalité de terrains des différent·e·s participant·e·s. Supports pratiques: syllabus, livre et feuillets d'exercices complets + corrigés.

FORMATEUR

Guy MARX

Informaticien, sociologue, assistant social.
Maître-assistant en informatique au dép. social de l'HENALLUX et Formateur informatique indépendant depuis 1992. Expérience de développement d'applications informatiques spécifiques de type bases de données pour « Convivial Info » dans divers secteurs d'activité sociale en Wallonie et à Bruxelles depuis 1999.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2202	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	28-09-23 05-10-23 12-10-23 19-10-23 09-11-23	5	09:00 - 17:00

Approche d'Excel - Niveau intermédiaire

CIBLE

Toute personne qui désire avoir une parfaite maîitrise de l'utilisation du logiciel Excel

OBJECTIFS

- Etre capable d'utiliser de manière adéquate et performante toutes les fonctionnalités du logiciel Excel
- Etre capable d'utiliser de manière autonome les fonctionnalités avancées du logiciel telles que la création de graphiques, de tableaux croisés dynamiques, etc

CONTENU

Quel que soit le secteur dans lequel nous travaillons, quelle que soit notre fonction, l'usage de l'outil informatique est aujourd'hui incontournable, que cet usage soit quotidien ou occasionnel.
Et pourtant, la plupart des personnes n'ont jamais été réellement formé·e·s à la maîtrise de cet outil et l'utilisent de manière instinctive, partielle, et parfois inadéquate.
Ce manque de maîtrise peut entraîner des erreurs, des « à peu près » mais surtout des pertes de temps importantes.
Les points suivants sont abordés :

- Ouvrir des groupes de classeurs
- Afficher et disposer des groupes de classeurs
- Consolider des données de plusieurs classeurs en un seul
- Consolider des données de plusieurs feuilles en une seule
- Créer un graphique récapitulatif
- Calculer sur un ensemble d'enregistrements avec la fonction SOUS.TOTAL
- Grouper des données à travers un plan
- Afficher plusieurs niveaux de sous-total
- Accroître la lisibilité en formatant un rapport de tableau croisé dynamique
- Créer et personnaliser un rapport de tableau croisé dynamique
- Créer une macro simple
- Gérer des conditions simples ou multiples (NB.SI, SOMME.SI, Si, …)
- Insérer des fonctions spécifiques (MIN, MAX, RECHERCHEV, DATE, …)
- Protéger et formater les données d'un classeur
- Concaténer plusieurs valeurs
- Maîtriser les spécificités des formats de données particuliers (addition des heures, heures négatives…)

MÉTHODE

- Explication par le·la formateur·trice , visible par les participant·e·s grâce au logiciel de présentation NetSupport School.
- Exercices pratiques et individuels basés sur les situations vécues dans le quotidien professionnel des participant·e·s.
- Vidéoprojection pour une réalisation des exercices simultanée avec le formateur

FORMATEUR

Pierre LEMENSE
Formateur en informatique (formation employé·e administratif·ve, formation pour travailleur·euse·s) dans les Centres d'Insertion Socioprofessionnelle depuis 20 ans

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2203	Centre Européen du Travail	Centre Européen du Travail	rue des Tanneries 1 5000 Namur	20-11-23 27-11-23	2	09:00 - 16:00

Approche d'Excel - Niveau avancé

CIBLE

Ouvert à toutes personnes confrontées à la nécessité de réaliser des présentations statistiques à l'aide du logiciel Excel et à des calculs temporels (dates - heures)

OBJECTIFS

- Calculer avec des dates et des heures
- Extraire des données textuelles en usant des fonctions adéquates
- Utiliser le panel de fonctions BD, la fonction sous total...
- Créer des tableaux/graphiques croisés dynamiques en adéquation aux besoins
- Manipuler aisément les champs calculés et les segments

CONTENU

Outre une révision des fonctions (Si, RechercheV, imbrication de fonctions) essentielles, cette formation s'attelle a manipuler des feuilles de données mal agencées, où les données sont imbriquées, où il manque des fonctions et des les adapter aux besoins de création d'un tableau croisé dynamique.

- Procédure de récupération d'une table de données venant d'Accès ou du Net
- Opérations sur les dates et les heures - fonctions et calculs
- Extractions de données mélangées dans une cellule en utilisant les fonctions de texte
- Calculer sur un ensemble d'enregistrements avec la fonction SOUS.TOTAL et les fonctions BD
- Analyse simple des listes de données (tri, filtre, recherche, regroupements,...)
- Utiliser les tableaux croisés dynamiques (création, modification, analyse, mise à jour, graphique croisé...) et utilisation d'outils avancés des tableaux croisés dynamiques

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives/non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des apprenant·e·s.

FORMATEUR

Jean-Marc QUINET

Le formateur dispose des compétences pratiques et théoriques relatives au contenu de cette formation qu'il a donné plusieurs fois et qu'il met en pratique par le biais de support qu'il apporte auprès de clients.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2204	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	24-11-23 05-12-23	2	09:00 - 16:00

Approche d'Excel - Niveau débutant

CIBLE

Ouvert à toutes personnes confrontées à l'utilisation du logiciel Excel

OBJECTIFS

- Gérer une feuille de calcul
- Réaliser des opérations mathématiques simples ou complexes
- Créer et modifier des graphiques
- Utiliser les fonctions mathématiques et logiques de base
- Opérer des tris et des filtres dans des tables de données

CONTENU

Autour de termes simples et d'exercices élaborés en séquence de difficulté croissante, cette formation vous permet d'évoluer à votre rythme.
Nous favorisons l'acquisition d'automatismes qui rendent capables de créer des tableaux, d'en assurer une mise en forme simple, de travailler avec les feuilles de calcul, de travailler les données, de formater le contenu des cellules, de mettre en page vos documents pour une impression efficace, d'enregistrer le travail. L'utilisation des 4 opérations de base, des sommes automatiques, moyennes, de valeur fixée seront largement appréhendés. La représentation sous forme de graphiques courants et leur mise en page n'auront plus de secrets pour vous.
Vous serez conduits à manipuler les fonctions Si, Et, Ou... et appliquer la mise en forme conditionnelle.
Dans les tables de données, vous userez du tri et des filtres et verrez les contraintes d'élaboration d'une table de données exploitable.

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives / non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des apprenant·e·s.

FORMATEUR

Jean-Marc QUINET
Le formateur dispose d'une large expérience en formation bureautique pour adultes et est, notamment, très présent auprès de la clientèle usant des tableurs tant dans le cadre personnel que professionnel.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2205	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	30-01-23 31-01-23	2	09:00 - 16:00
F2206	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	13-03-23 20-03-23	2	09:00 - 16:00
F2210	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	22-05-23 30-05-23	2	09:00 - 16:00
F2212	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	05-06-23 12-06-23	2	09:00 - 16:00
F2213	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	11-09-23 18-09-23	2	09:00 - 16:00
F2214	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	20-11-23 27-11-23	2	09:00 - 16:00

Approche d'Excel - Niveau débutant

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et un logiciel de type tableur, Excel en l'occurrence

OBJECTIFS

- Gérer une feuille de calcul (tris, filtres, tableaux)
- Réaliser des opérations mathématiques simples et utiliser différentes formules/fonctions
- Créer et modifier des graphiques
- Créer, présenter et imprimer des tableaux intégrant des formules/fonctions

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail (rubans, onglets, groupes de commande, outils, formules…), gérer des feuilles de calculs existantes pour en extraire des synthèses, créer des graphiques.
- Créer de nouveau tableaux et les exploiter au mieux des possibilités offertes par le logiciel.
- Utilisations de formules, fonctions.
- Liste de données : tris, filtres, sous-totaux, mise sous forme de tableaux.
- Mise en forme de cellules, les formats de cellules…

MÉTHODE

L'apprentissage par la pratique. Pour ce faire, chaque participant·e dispose d'un ordinateur et est amené·e à réaliser de nombreux travaux pratiques en rapport avec le niveau de la formation. Différents supports sont fournis, au format papier et numérique.

FORMATEUR

Didier GEVART

Dans l'enseignement depuis 2005 et avant cela, informaticien dans le secteur privé.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2207	EAFC Thuin Erquelinnes	EAFC Thuin Erquelinnes	Grand rue 52 6530 Thuin	16-03-23	1	08:30 - 14:00

Approche d'Excel - Niveau débutant

CIBLE

Toute personne qui désire être plus performante dans l'utilisation du logiciel Excel

OBJECTIFS

- Découvrir ou améliorer sa connaissance du logiciel Excel et de ses fonctions
- Etre capable d'utiliser, de manière autonome, les fonctionnalités de base du logiciel : construire et nommer une feuille de calcul, trier et filtrer des informations dans une base de données, créer sa base de données, ajouter des formules simples…

CONTENU

Quel que soit le secteur dans lequel nous travaillons, quelle que soit notre fonction, l'usage de l'outil informatique est aujourd'hui incontournable, que cet usage soit quotidien ou occasionnel.
Et pourtant, la plupart des utilisateur·rice·s n'ont jamais été réellement formé·e·s à la maîtrise de cet outil et l'utilisent de manière instinctive, partielle, et parfois inadéquate.
Ce manque de maîtrise peut entraîner des erreurs, des « à peu près » mais surtout des pertes de temps importantes.

- Environnement et autres tableurs gratuits
  - L'écran, le ruban et ses onglets
  - Se déplacer et sélectionner dans un classeur
  - Gérer, insérer, modifier, supprimer des lignes et des colonnes
  - Gérer, insérer, modifier, supprimer des feuilles au sein d'un classeur
  - Entrer et éditer du texte et des nombres (manuellement ou de manière automatique)
  - Incrémenter des nombres et du texte
  - Entrer des étiquettes
  - Créer des bases de données efficaces et exploitables:
- Mise en forme automatique d'un tableau
- Mise en formation conditionnelle simple
- Ajouter des commentaires et définir des listes déroulantes
- Exploitation et personnalisation des formats
  - Prévisualiser et imprimer une feuille de calcul
  - Ajouter des formules simples (calculs automatiques)
  - Afficher des messages spéciaux dans une feuille de calcul
  - Protéger des cellules, des feuilles et le classeur
  - Enregistrer sous format pdf

Attention ! Pour participer à cette formation, le·la participant·e doit être familiarisé·e avec l'outil informatique (manipulation de la souris, démarrage de l'ordinateur, etc) et le système d'exploitation Windows.

MÉTHODE

- Explication par la formatrice, visible par les participant·e·s grâce au logiciel de présentation NetSupport School.
- Exercices pratiques et individuels basés sur les situations vécues dans le quotidien professionnel des participant·e·s.
- Vidéoprojection pour une réalisation des exercices simultanée avec la formatrice.

FORMATRICE

Fanny HERMAN
Formatrice en informatique (formation employé·e administratif·ve, formation PMTIC, formation pour travailleur·euse·s) dans les Centres d'Insertion Socioprofessionnelle depuis plus de 20 ans

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2208	Centre Européen du Travail	Centre Européen du Travail	rue des Tanneries 1 5000 Namur	21-03-23 28-03-23	2	09:00 - 16:00

Approche d'Excel - Niveau débutant

OBJECTIFS

- Prendre connaissance de l'environnement « tableur »
- Créer et mettre en forme basiquement une feuille Excel
- Déplacer et copier des données
- Créer un graphique élémentaire
- Imprimer

CONTENU

- Ouvrir, fermer, enregistrer un classeur Excel
- Mise en forme élémentaire d'une cellule/une feuille
- Copier/coller, recopiage de cellules
- Insérer ou supprimer
- Création d'un graphique basique

MÉTHODE

- Méthode andragogique orientée sur les objectifs des apprenant·e·s
- Exercices adaptés aux niveaux
- Découverte intuitive et réflexivité
- Applications pratiques

FORMATEUR·TRICE

Laurent FRANCOIS
Formateur bureautique promotion sociale

Françoise RONVEAUX
Formatrice bureautique promotion sociale

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2209	EICS TAMINES Gembloux / CEL Promotion Sociale	EICS TAMINES Gembloux / CEL Promotion Sociale	rue du Collège 27 5060 Tamines	07-04-23 14-04-23	2	09:00 - 15:00

Approche d'Excel - Niveau débutant

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les logiciels courants de bureautique, dans le cadre de son travail

OBJECTIFS

- Exploiter les fonctionnalités élémentaires du logiciel Excel
- Utiliser l'acquis face à des situations nouvelles
- Créer, présenter et imprimer des tableaux intégrant des formules de calcul
- Créer des graphiques et les mettre en forme

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail : rubans, onglets, groupes de commande, outils, règles, barre de formules, menus contextuels…
- Mettre en œuvre les procédures de base du tableur
- Utiliser des formules/fonctions simples
- Mettre en forme une feuille de calcul / un classeur
- Exploiter les fonctionnalités graphiques du logiciel
- Imprimer un document : orientation, entêtes et pieds de page, aperçu…

MÉTHODE

Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé
Un ordinateur + un syllabus (théorie + exercices pratiques) par participant·e.

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours choisi·e parmi les enseignant·s de la Ville de Liège, dont l'expertise en informatique-bureautique est avérée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2211	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	25-05-23 07-06-23	1,5	09:00 - 16:30 09:00 - 12:30

Approche d'Excel - Niveau intermédiaire

CIBLE

Ouvert à toutes personnes confrontées à la nécessité de réaliser des présentations de situations chiffrées en tableaux statistiques à l'aide du logiciel Excel.

OBJECTIFS

- Utiliser diverses fonctions et réaliser des opérations en les imbriquant
- Calculer sur plusieurs feuilles
- Gérer de longues listes de données et les exploiter
- Construire des graphiques complexes
- Choisir et utiliser les outils statistiques adaptés et utiliser les tableaux croisés dynamiques

CONTENU

Ce cours présente la suite logique de la formation destinée aux débutants.
Il est orienté vers les statistiques, mais aborde aussi des notions avancées.

- Révision : opérations, référence relative et absolue et Fonctions Si-Et-Ou
- Fonctions : imbrication de fonctions, Somme.si et Nb.si, Bd somme, BD Moyenne
- Liste de données, filtre élaboré, fonctions base de données et sous-totaux
- Opérations de feuille à feuille et consolidation
- Fonctions avancées et imbrications de fonctions
- Graphiques : graphique complexe, graphique à 2 axes Y, courbe de tendance…
- Options de visualisation et de mise en page pour l'impression sont très appronfondies
- Construire une table de données en respectant les contraintes imposées, NB, NB.si, Nbvide, somme.si et données/sous-totaux…
- Tableaux croisés dynamiques : respect des contraintes, sélection des données, création, gestion des paramètres, graphique croisé dynamique

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives/non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des apprenant·e·s.

FORMATEUR·TRICE

Jean-Marc QUINET

Le formateur dispose d'une large expérience en formation bureautique pour adultes. Il est notamment très présent auprès de la clientèle usant des tableurs à des fins professionnelles tant en entreprises que dans les services publics ou dans le milieu associatif.

Béatrice GENGOU

La formatrice dispose d'une large expérience en formation bureautique pour adultes. Elle est notamment très présente auprès de la clientèle usant des tableurs à des fins professionnelles tant en entreprises que dans les services publics ou dans le milieu associatif.

PLANIFICATION

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2215	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	08-02-23 15-02-23	2	09:00 - 16:00
F2216	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	05-04-23 12-04-23	2	09:00 - 16:00
F2217	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	19-06-23 26-06-23	2	09:00 - 16:00

Approche de Word - Niveau débutant

CIBLE

Savoir allumer un ordinateur, démarrer Word et gérer les dossiers / fichiers

OBJECTIFS

Permettre aux utilisateurs·trices de PC d'exploiter un logiciel de traitement de texte dans ses fonctionnalités élémentaires (saisie, mise en forme et en page, impression, gestion des documents) pour la rédaction de documents simples (lettres, notes, rapports)

CONTENU

- Démarrage de Word
- Utiliser l'écran de travail
- Savoir appliquer les procédures de base
- Mettre en forme un document
- Mettre en page un document :
  - Focus sur saut de page, saut de section
  - En tête et pied de page
  - Table des matières

MÉTHODE

A partir de situations de la vie courante, composer un document Word en respectant les consignes données après démonstration de l'enseignante

FORMATRICE

Geneviève DOGNE

Titres : AESS en Sciences économiques – Diverses formations en informatique

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2218	Institut Provincial de Formation sociale	Institut Provincial de Formation sociale	rue Henri Blès 188 - 190 5000 Namur	08-03-23 15-03-23	2	08:45 - 16:30

Approche de Word - Niveau débutant

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les logiciels courants de bureautique, plus précisément le traitement de texte.

OBJECTIFS

- Exploiter les fonctionnalités élémentaires du logiciel Word
- Utiliser l'acquis face à des situations nouvelles
- Analyser et d'interpréter des consignes de rédaction et de présentation
- Produire des documents conformes aux règles usuelles de présentation

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail : rubans, onglets, groupes de commande, outils, règles…
- Mettre en œuvre les procédures de base du traitement de texte
- Mettre un document en forme : caractères, paragraphes, listes…
- Mettre un document en page : entêtes, pieds de page, sections…
- Imprimer un document : orientation, numérotation, aperçu…

MÉTHODE

Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé.
Un ordinateur + un syllabus (théorie+ exercices pratiques) par participant·e.

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours en informatique-bureautique, enseignant·e de promotion sociale, désigné·e par le Pouvoir Organisateur Ville de Liège

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2219	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	05-04-23 12-04-23	2	09:00 - 17:15

Approche de Word - Niveau débutant (en ligne)

CIBLE

Tout public désireux d'utiliser les outils d'un traitement de texte de manière adéquate et efficace

OBJECTIFS

- Permettre à toute personne de réaliser, de mettre en page et de présenter des documents divers
- Mettre en forme diverses publications, de la plus courte à la plus complexe
- Gérer des documents de texte
- Découvrir les fonctionnalités, quelques trucs et astuces pour produire des documents attrayants, de manière rapide et efficace
- Traiter du texte

CONTENU

- Apprivoiser Word, le logiciel majeur de traitement de texte de Microsoft
  - Lancer Word
  - Faites connaissance avec Word
  - Première utilisation du ruban
  - La vue Backstage
  - Formats et extensions
  - Modes d'affichage
- Gérer les documents
  - Création d'un nouveau document
  - Ouvrir un document existant
  - Modifier un document existant
  - Enregistrer un document
  - Imprimer un document
  - Fermeture du document
- Traiter le texte
  - Saisie du texte, caractères spéciaux, utilisation des touches de correction
  - Techniques de sélection, de copie, de déplacement de texte
  - Techniques de déplacements dans le document
- Mettre en forme
  - Mises en forme de caractères
  - Formatage de paragraphes
  - Mise en page
  - Niveaux de mise en page
- Insérer des objets
  - Création de tableaux et manipulations diverses
  - Insertion d'objets graphiques : images, icones, date automatique...

MÉTHODE

- Alternance de présentiel, de séances collectives en visio-conférence animées par un formateur et de séances en autonomie (asynchrones) reprenant des concepts théoriques et des exercices de mise en pratique
- **Une participation active est demandée entre les séances collectives**

FORMATEUR

Stéphane MONNIER

Formateur en informatique et bureautique, conception de vidéos, outils d'animation, Prezi, mindmapping

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Demi-jours	Horaire
F2220	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	06-06-23 13-06-23 20-06-23	3	09:00 - 12:30

Word en situation administrative

CIBLE

Ouvert à toutes les personnes confrontées à une utilisation quotidienne orientée administration et gestion de longs documents dans un traitement de texte

OBJECTIFS

- Utiliser des tableaux complexes et concevoir des modèles
- Insérer des tables et graphiques excel avec ou sans liaison
- Publiposter document complexe
- Réaliser un long document, le réviser et regrouper plusieurs documents en un seul
- Gérer intégralement un long document (du style aux tables de matière...)

CONTENU

- Révision des bases
- Les tableaux : création de de tableaux complexes. Insertion de tables Excel, collage (spécial) de tableaux Excel, options mathématiques dans un tableau Word
- Mise en page et section
- Graphiques dans Word : créer ou coller un graphique existant à partir d'Excel et gérer ses options
- Les Formulaires : création, notion de champ, sauvegarde comme modèle
- Modèle : création et sauvegarde d'un modèle de document (lettre-type, modèle divers…)
- Publipostage
- Personnaliser les barres d'outils
- Les styles et les textes longs : utiliser, créer, copier, modifier, supprimer un style, mode plan, numéroter les titres, en-têtes et bas de pages, notes , insérer une table des matières, d'index, des sauts de sections, un signet, un lien hypertexte
- Dessin : insérer un Wordart, zone de texte, SmartArt

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives / non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des apprenant·e·s.

FORMATEUR

Jean-Marc QUINET

Le formateur dispose de compétences très larges dans le domaine du traitement de texte et dispense celles-ci régulièrement auprès des personnes et milieux professionnels les plus variés. Il met en avant une approche administrative de l'outil (formulaires, publipostage..) et inclut l'usage des longs documents dans leurs usages les plus fréquents et complets.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2221	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	15-05-23 23-05-23	2	09:00 - 16:00

Adobe Indesign

CIBLE

Ouvert à toutes les personnes ayant le besoin de communiquer dans ou en dehors de l'entreprise en usant de documents «papier» faisant l'objet d'une présentation efficace et professionnelle

OBJECTIFS

- Théorie du pré-presse et des couleurs
- Usage des blocs, intégration de textes et d'images, de tableaux…
- Calques
- Styles
- Exportation

CONTENU

La formation se construit pas à pas.
Grâce à la réalisation d'un document concerté en groupe nous apprendrons à intégrer des blocs de texte et en gérer les très nombreux paramètres et fonctionnalités. Les styles d'objets et les calques seront appréhendés en profondeur. L'importation d'images et leur intégration dans le projet donneront lieu à de nombreuses manipulations pratiques mais aussi à une approche théorique indispensable sur la notion de couleurs et de leur bon usage au sein d'un projet. Vous apprendrez aussi à intégrer un tableau dans votre document et finalement à exporter adéquatement votre création.

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives/non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des élèves. Les élèves peuvent proposer leur projet comme objet de formation.

FORMATEUR

Jonathan VAN VLAENDEREN
Le formateur assure chaque mois des formations spécifique en PAO. Il maîtrise bien évidemment Indesign tant au niveau de base qu'à des niveaux très élevés. Il est LE formateur incontournable dans ce domaine.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2222	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	09-02-23 16-02-23	2	09:00 - 16:00

Adobe Indesign

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les logiciels courants de bureautique, dans le cadre de son travail.

OBJECTIFS

- Exploiter les fonctionnalités élémentaires du logiciel Indesign
- Manipuler correctement textes et typographie
- Gérer les couleurs, les images, les tableaux, les calques…
- Créer et modifier une maquette graphique
- Créer des gabarits et préparer un document pour différentes diffusions

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail : rubans, onglets, groupes de commande, palette d'outils, règles, panneaux…
- Travailler le texte et la typographie.
- Mettre un texte en forme (blocs, styles, multicolonnage, repères…), gérer les couleurs (CMNJ, RVB, tons directs…), mémoriser et partager un nuancier.
- Effectuer une mise en page évoluée : images, habillage, tableaux et calques.
- Préparer un fichier pour l'impression ou pour l'exportation.

MÉTHODE

- Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé.
- Un ordinateur + un syllabus (théorie + exercices pratiques) par participant·e.

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours choisi·e parmi les enseignant·e·s de la Ville de Liège, dont l'expertise en infographie est avérée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2223	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	21-06-23 28-06-23	2	09:00 - 17:15

Powerpoint

CIBLE

Toute personne qui utilise powerpoint de façon intuitive ou qui a des bases et qui souhaite en faire un usage professionnel utile

OBJECTIFS

Permettre aux utilisateurs de PC d'exploiter le logiciel de présentation assistée par ordinateur (Powerpoint) dans ses fonctionnalités courantes pour la création de diaporamas

CONTENU

- Interface et modes d'affichage - démarrer et quitter PowerPoint - gestion des fichiers
- Créer une présentation (vide - à partir d'un thème)
- Création des diapositives (saisie du texte des diapositives)
- Affichage et gestion des diapositives
- Mise en forme des diapositives
- Vérification orthographique et grammaticale
- En-têtes et pieds de page
- Mise en page et impression de la présentation
- Travailler avec des masques
- Actions et liens hypertextes
- Insertion de dessins (formes)
- Ajout d'éléments de contenu (images – diagrammes – tableaux – graphiques)
- Animation – transition – minutage
- Exécution et paramétrage du diaporama

MÉTHODE

- Démonstration avec participation simultanée des étudiant·e·s.
- Exercices de renforcement avec suivi individualisé et correction de chaque étudiant·e.
- Évaluation formative des étudiant·e·s : exercices récapitulatifs disponibles sur un site Web consacré à la formation.

FORMATEUR

Walter HÖLLICH

Fort de sa formation en sciences économiques et sociales, Walter HOLLICH a rapidement enseigné et s'est très vite spécialisé en bureautique. Il consacre tout son temps à former tout public (travailleur·euse·s, demandeur·euse·s d'emploi, personnes âgées, débutant·e·s ou avancé·e·s) dans toutes les suites bureautiques existantes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2224	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	16-11-23 23-11-23	1,5	08:30 - 16:00 08:30 - 12:00

Outlook: communiquer efficacement

CIBLE

Ouvert à toutes les personnes confrontées à l'utilisation quotidienne de la messagerie et à l'utilisation de l'agenda en y relevant ses activités, tâches et gérant un planning d'équipe

OBJECTIFS

- Recevoir, envoyer, transférer ses courriels
- Filtrer et trier ses mails
- Gérer un calendrier personnel ou d'équipe
- Assigner, recevoir une tâche et en assurer le suivi
- Créer, modifier et suivre la planification de réunions

CONTENU

- E-mail : Introduction au fonctionnement du courrier électronique ; envoi et réception de messages avec ou sans attachement, réponses, transfert, importance, attachement (que peut-on envoyer), ouvrir un attachement. Le spam et les virus
- Organiser : organiser les mails (tri), rechercher un mail, supprimer ou déplacer, gestion de la corbeille
- Signature : créer et utiliser une ou plusieurs signatures
- Dossiers et règles : créer un dossier, déplacer vers un dossier. Utilisation des règles, gestionnaire d'absence
- Contacts : gestion complète des contacts et groupe
- Tâches : définir le début, l'échéance, l'état d'avancement et le niveau de priorité, la périodicité d'une tâche
- Agenda : planifier ses rendez-vous, insérer des rendez-vous périodiques. Modifier l'affichage et imprimer, notifier ses tâches sur le calendrier
- Réunion : planifier, modifier une réunion, un lieu, inviter des contacts, annulations, notion de synchronisation et gestion complète d'un agenda

MÉTHODE

La méthode pédagogique utilisée est active et participative. Elle se bâtit autour des apprentissages pratiques et les notions non intuitives / non déductives font l'objet d'apports théoriques via l'exposé. L'apprentissage passe essentiellement par la mise en situation pour viser à l'autonomie des apprenant·e·s.

FORMATEUR

Gilles GREUSE

Le formateur est expérimenté et partage ses compétences en dispensant régulièrement cette formation à des publics ou des milieux professionnels les plus variés. Il s'adapte parfaitement aux attentes des groupes et des personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2225	Update asbl	Update asbl	avenue Louise 384 1050 Bruxelles	30-03-23	1	09:00 - 16:00

Outlook

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les messageries électroniques.

OBJECTIFS

- Gérer ses courriers électroniques
- Classer et rechercher efficacement ses messages
- Gérer ses contacts
- Organiser ses rendez-vous
- Planifier ses différentes activités

CONTENU

- Lire, utiliser et personnaliser l'écran de travail
- S'approprier les procédures permettant l'utilisation des différents modules (contacts, tâches, notes, corbeille, agenda)
- Utiliser le module de messagerie pour créer, envoyer, recevoir, lire, répondre, transférer…
- Gérer les messages, les pièces jointes
- Créer et insérer une signature
- Utiliser la vérification orthographique
- Gérer le calendrier : créer, modifier, planifier les rdv ; organiser une réunion, visualiser la disponibilité des participants…

MÉTHODE

Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé
Un ordinateur + un syllabus (théorie+ exercices pratiques) par participant·e.

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours choisi·e parmi les enseignant·e·s de la Ville de Liège, dont l'expertise en informatique-bureautique est avérée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2226	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	07-06-23 14-06-23	1,5	13:00 - 16:30 09:00 - 16:30

Outlook

CIBLE

Toute personne souhaitant se familiariser avec Outlook (ou tout logiciel de messagerie électronique)

OBJECTIFS

Permettre aux utilisateurs de PC d'exploiter le logiciel de gestion des données personnelles (Outlook) dans ses fonctionnalités courantes pour communiquer et organiser son travail.

CONTENU

- Créer et configurer un compte de messagerie
- Utiliser et gérer le courrier électronique :
  - Créer un message
  - Enregistrer et terminer un message inachevé
  - Envoyer et réexpédier un message
  - Ouvrir, répondre et transférer un message
  - Créer, supprimer et insérer une signature
  - Supprimer et récupérer un message
  - Organiser et utiliser ses dossiers de messagerie
  - Rechercher et « tatouer » des messages
  - Retenir une adresse e-mail dans le carnet d'adresses
  - Utiliser et gérer le vérificateur orthographique
  - Envoyer, ouvrir et conserver un fichier joint
  - Créer et gérer une liste de distribution personnelle
- Utiliser et gérer le calendrier :
  - Créer, déplacer et modifier un rendez-vous
  - Créer et modifier un événement
  - Ajouter les jours fériés et les numéros de semaine
- Utiliser et gérer les tâches

MÉTHODE

- Démonstration avec participation simultanée des étudiant·e·s.
- Exercices de renforcement avec suivi individualisé et correction de chaque étudiant·e.
- Évaluation formative des étudiant·e·s : exercices récapitulatifs disponibles sur un site Web consacré à la formation.

FORMATEUR

Walter HÖLLICH

Fort de sa formation en sciences économiques et sociales, Walter HOLLICH a rapidement enseigné et s'est très vite spécialisé en bureautique. Il consacre tout son temps à former tout public (travailleur·euse·s, demandeur·euse·s d'emploi, personnes âgées, débutant·e·s ou avancé·e·s) dans toutes les suites bureautiques existantes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2227	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	06-10-23	1	08:30 - 16:00

Powerpoint

CIBLE

Toute personne capable d'allumer un ordinateur, de gérer des fenêtres, des dossiers / fichiers

OBJECTIFS

Permettre aux utilisateur·trice·s de PC d'exploiter les fonctionnalités du logiciel de présentation Powerpoint pour la réalisation de documents (supports d'exposé, diaporamas, montage en boucle, organigrammes…)

CONTENU

Réaliser un document de type présentation choisi par l'étudiant·e ou proposé par le·la chargé·e de cours :

- Identifier les composants spécifiques de l'écran de travail
- Créer un plan et manipuler la présentation conçue
- Créer, ajouter, supprimer, configurer une diapositive (mise en forme, création de logo, insertion d'objets, d'images…)
- Utiliser les effets d'animation et de transition
- Créer et minuter un diaporama
- Imprimer une dia
- Ajouter et imprimer des commentaires
- Utiliser l'aide en ligne et la documentation

MÉTHODE

Composer une présentation Powerpoint en respectant les consignes données après démonstration de l'enseignante

FORMATRICE

Geneviève DOGNE

Titres : AESS en Sciences économiques – Diverses formations en informatique

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2228	Institut Provincial de Formation sociale	Institut Provincial de Formation sociale	rue Henri Blès 188 - 190 5000 Namur	12-04-23 19-04-23	2	08:45 - 16:30

Powerpoint

CIBLE

Toute personne étant amenée à utiliser un logiciel de présentation et ayant des connaissances de base (manipulation d'un ordinateur, connaissance basique de Windows, etc.).

OBJECTIFS

- Créer un diaporama adapté à ses besoins (transitions, animations…)
- Créer un diaporama dont le défilement sera automatisé
- Utiliser un thème propre à son environnement
- Gérer le diaporama sur une borne interactive

CONTENU

- Aperçu du logiciel et de son environnement
- Créer, enregistrer, ouvrir, modifier une présentation
- Créer un diaporama avec des transitions entre les diapositives et des animations d'objets
- Créer des boutons d'action et utiliser une navigation moins conventionnelle
- Créer un thème personnalisé

MÉTHODE

L'apprentissage par la pratique. Pour ce faire, chaque participant·e dispose d'un ordinateur. Il·elle est amené·e à réaliser de nombreux travaux pratiques en rapport avec le niveau de la formation.

FORMATEUR

Didier GEVART
Dans l'enseignement depuis 2005 et avant cela, informaticien dans le secteur privé

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2229	EAFC Thuin Erquelinnes	EAFC Thuin Erquelinnes	Grand rue 52 6530 Thuin	20-04-23	1	09:00 - 17:00

Powerpoint

CIBLE

Toute personne utilisant l'ordinateur et les logiciels courants de bureautique, dans le cadre de son travail

OBJECTIFS

- Exploiter les fonctionnalités élémentaires du logiciel Powerpoint
- Utiliser l'acquis face à des situations nouvelles
- Analyser et interpréter des consignes de rédaction et de présentation
- Concevoir des diaporamas professionnels et personnalisés afin d'assurer une meilleure communication auprès des interlocuteur·trices

CONTENU

- Utiliser l'écran de travail : rubans, onglets, groupes de commande, outils, règles…
- Mettre en œuvre les procédures de base d'un logiciel de présentation assistée par ordinateur
- Créer une présentation
- Paramétrer le diaporama : transition, minutage, contrôle de déroulement
- Optimiser les options d'impression

MÉTHODE

- Recours à l'audiovisuel, exercices de mise en pratique, enseignement individualisé
- Un ordinateur + un syllabus (théorie+ exercices pratiques) par participant·e

FORMATEUR·TRICE

Un·e chargé·e de cours choisi·eparmi les enseignant·e·s de la Ville de Liège, dont l'expertise dans la suite Office est avérée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2230	École des Arts et Métiers	École des Arts et Métiers	rue Agimont 6 4000 Liège	13-12-23 20-12-23	1,5	09:00 - 16:30 09:00 - 12:30

Devenir le référent informatique local d'une organisation ou institution

CIBLE

Cette formation s'adresse prioritairement aux responsables informatiques locaux des organismes et institutions ou à ceux·celles qui voudraient le devenir

OBJECTIFS

- Installer les ordinateurs et leurs périphériques
- Utiliser et expliquer aux autres utilisateur·trice·s le fonctionnement des principaux logiciels de bureautique
- Gérer le réseau informatique de son organisation
- Gérer l'accès à Internet et au courrier électronique
- Paramétrer une sécurité des systèmes informatiques internes

CONTENU

- Approfondissement des LOGICIELS Office 2013 ou 2016 ou 2019 ou 365 :
  - WORD
  - EXCEL
  - OUTLOOK
  - POWERPOINT
- Outils spécifiques pour les référent·e·s
  - Trouver les informations sur Internet
  - Optimiser la mise à jour des logiciels
  - Maintenir le bon fonctionnement d'un ordinateur
  - (Re)installer un ordinateur ou un portable
  - Implémenter la sécurité
- Gérer un réseau informatique de type NAS :
  - Principes de base et types de réseaux
  - Gestion d'un réseau
  - Gestion des groupes, des comptes et des droits
  - Gestion d'un NAS
  - Sécurité
  - Gestion des accès distants et VPN

MÉTHODE

Modules centrés sur la pratique avec exercices variés et progressifs permettant à chacun·e·s d'avancer à son rythme. La formation est adaptée au profil des participant·e·s.
Laboratoire informatique facilitant des cours vivants, conviviaux, interactifs et efficaces.
Cette formation fait une large place à l'expérience du formateur en termes de maintenance informatique dans différents secteurs d'activité marchands ou non-marchands depuis de nombreuses années mais également à l'écoute des questions issues de la réalité de terrains des différent·e·s participant·e·s.
Supports pratiques: deux syllabi, un livre et de feuillets d'exercices complets + corrigés.

FORMATEUR

Guy MARX

Informaticien, sociologue, assistant social.
Maître-assistant en informatique au département social de l'HENALLUX et formateur informatique indépendant depuis 1992.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2231	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	6	16-11-23 23-11-23 30-11-23 07-12-23 14-12-23 21-12-23	09:00 - 17:00

Mes premières capsules vidéos

CIBLE

Toute personne qui souhaite s'initier à la vidéo comme outil de communication pour son association/entreprise

OBJECTIFS

- Développer la communication de son association/entreprise par des canaux actuels
- Se faire connaître auprès d'un public plus large
- Se familiariser à la création de vidéo à l'aide d'outils de captation légers : smartphone, tablette, appareil photo numérique compact, petit caméscope…
- Mettre en œuvre le processus de création de vidéo : de la captation à la diffusion en passant par le montage
- Faire ses premiers pas sur You Tube en tant que fournisseur de contenus vidéo

CONTENU

- Notions de base des étapes fondamentales de la création d'une vidéo
  - Scénariser : comment créer un story telling en tenant compte des différents paramètres
  - Prise de vue : approche d'outils tels que smartphone, tablette, webcam, caméscope, appareil photo
  - Capter le son : micro et casque…
  - Assembler et monter la vidéo : avec un logiciel tel que Adobe Spark ou Open Shot vidéo Editor…
  - Diffuser : quel moyen choisir ?
  - You Tube (en tant qu'anonyme ou fournisseur)…
- Les différents types de vidéo : live, diaporamas, tutos, conférences, écrans animés…
- Les vidéos pédagogiques : critères à respecter
- Les principaux formats de fichiers vidéo et son
- Tour d'horizon de quelques logiciels : iMovie, Adobe première pro, Final cut pro…
- Les droits d'auteur et le respect de la vie privée

MÉTHODE

- Formation-atelier articulée autour de la diffusion de vidéos à partir de projets choisis individuellement et/ou en sous-groupes.
- Durant la journée, tablette, PC et studio vidéo seront mis à disposition des participant·e·s afin de s'exercer et de réaliser une vidéo qui sera publiée et diffusée sur Internet.

FORMATEUR

Stéphane MONNIER

Formateur en informatique 2.0, conception de vidéos, outils d'animation, Prezi, bureautique, mindmapping

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2232	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	2	20-04-23 27-04-23	09:00 - 16:30

Elaboration d'un scénario en lien avec votre milieu professionnel

et exercices pratiques (techniques de tournage)

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Élaborer une scénarisation documentaire ciblée
- Maîtriser les possibilités techniques de prise de vues et de prise de sons , et disposer des connaissances de bases de l'image
- Mettre en pratique les techniques d'interview (préparation de l'interview, axe regard, cadre, son, plans de coupes, plans d'illustrations…)
- Intégrer les captations inattendues correspondantes à l'intention, s'adapter aux surprises qu'offre la réalité de terrain
- Avoir conscience des nombreuses possibilités de réécriture lors du montage : construire le fond et la forme du film, utiliser les plans de coupe, la musique...

CONTENU

- Élaborer un scénario répondant à votre réalité de terrain et/ou vos projets professionnels (intention, synopsis, fil rouge…)
- Découvrir les possibilités techniques de prise de vues et de prise de sons
- Acquérir les connaissances de bases de l'image (cadrage, lumière, travelling…)
- Plonger directement dans la pratique sur base d'un projet commun au groupe avec les outils mis à votre disposition ou vos propres outils personnels (portable, appareil photo…)
- Apprendre et mettre en pratique les techniques d'interview (préparation de l'interview, axe regard, cadre, son, plans de coupes…)
- Découvrir les nombreuses possibilités de réécriture lors du montage : construire le fond et la forme du film, utiliser les plans de coupe, la musique, intégrer une scène inattendue, respecter le contenu des paroles offertes (importance de l'éthique)
- Assimiler les notions et les différences entre droit à l'image et respect de la vie privée

MÉTHODE

Méthode participative, approche par exercice pratique, retours d'expérience entre pair·e·s. Réalisation d'une production commune avec le groupe.

FORMATRICE

Dominique GUELETTE

Diplômée de l'IAD et de l'AAFT (Asian Academy of Film and Television en Inde), Dominique Guelette a réalisé de nombreuses productions cinématographiques pour des ONG (Afrique), pour le Centre Culturel de Namur (réalisations de 7 documentaires) et pour de nombreuses Asbl.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2233	CESEP	Centre culturel de Namur	Traverse des Muses 18 5000 Namur	12-09-23 13-09-23 14-09-23 15-09-23	4	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN078	CESEP	4

Créez votre site Web en 2 jours

CIBLE

Tout·e travailleur·euse amené·e à publier des informations sur le Web de façon plus ou moins régulière dans le cadre de ses fonctions, quels que soient le type d'intervention et la taille de l'organisme.

OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux d'une publication web réussie
- Créer un site web en utilisant un système de gestion de contenu (Wordpress)
- Gérer un site web à l'aide d'un tableau de bord
- Publier du contenu sur le site web de manière facile et efficace
- Choisir une apparence attrayante appliquée à l'ensemble du site

CONTENU

- Les critères de choix d'une solution de publication sur le Web
- Les étapes principales de la mise en place d'un projet Internet (message, contenu, structure (architecture du site Web), design et fonctionnalités...)
- Utilisation du système de publication Wordpress
- Prise en main de l'application (tableau de bord/ visualisation)
- Création et gestion de contenus
  - Rédaction d'articles et de pages
  - Définition de mots-clés et de catégories
  - Insertion d'images, de fichiers à télécharger, d'éléments multimédia
- Définition d'une navigation
  - Création des menus
  - Gestion des panneaux latéraux
  - Utilisation d'un pied de page
- Choix d'une apparence
  - Application d'un thème (design)
  - Gestion de la page d'accueil
- Activation de fonctionnalités (plugins)
  - Diaporama d'articles
  - Intégration des fonctions Médias sociaux
  - Formulaire de contact
  - Affichage pour mobile et smartphone
- Publication en ligne et sauvegarde des données
- Optimisation pour les moteurs de recherche

MÉTHODE

- Création immédiate d'un site web « test »
- Application immédiate des fonctions étudiées et exercices d'application
- Publication et test du site tout au long de la formation
- Conseils, aide pratique et résolution de problèmes

FORMATEUR

Jean-Pierre BONTRONT

Formateur en informatique, bureautique, création et gestion de site web, conception de vidéos et gestionnaire des bases de données pour Bruxelles Formation Entreprises

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2234	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	2	13-03-23 20-03-23	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN079	Bruxelles Formation | BF entreprises	2

Associations et communication : valoriser nos activités

CIBLE

Cette formation s'adresse à tout·e travailleur·euse du secteur associatif et non marchand actif·ve et/ou intéressé·e dans la communication autour des projets de son association.

OBJECTIFS

- Établir un plan de communication
- Choisir les canaux de communication en fonction des publics et du message
- Gérer les relations avec la presse
- Rédiger de manière efficace à des fins de publications Web
- Rédiger de manière efficace une lettre d'information

CONTENU

Cette formation se propose de travailler de façon pratique et théorique différents aspects et canaux de la communication autour d'un projet : plan de communication, règles de rédaction d'un message, d'une lettre d'information, d'un communiqué de presse, écriture Web, gestion efficace d'une newsletter.

- Concevoir un plan de communication autour d'un projet
  - Justification institutionnelle
  - Calibrage organisationnel
  - Identification des groupes cibles
  - Choix et rédaction des messages
- Écrire de manière efficace
  - Les règles de base de la rédaction d'un message
  - Atelier pratique
- Atelier d'écriture Web
  - Adapter son écriture en fonction des médias : sites, blogues, réseaux sociaux
  - Écrire pour le Web
- Gérer une lettre d'information
  - Les règles de base pour la rédaction d'une lettre d'information
  - Les outils de diffusion et de suivi
  - Les aspects législatifs
- Diffusion : développer des relations avec la presse
  - Rédaction d'un communiqué de presse : la règle des 5 W (Who, When, What, Why, Where)
  - Les règles d'or des relations avec la presse
  - Presse et médias : sites et sources utiles
  - Presse alternative versus presse généraliste

MÉTHODE

Objectifs fixés suivant la méthode SMART : Spécifiques, Mesurables, Acceptables, Réalistes et Temporels. Pédagogie active; construction commune des savoirs et des cadres d'analyse; nombreux travaux et ateliers pratiques.

FORMATEUR

Jean-Luc MANISE

Directeur des secteurs informatique et communication au CESEP, expert en médias et réseaux sociaux

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2235	CESEP	Centre l'Ilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	18-04-23 20-04-23 25-04-23	3	09:30 - 16:30
F2236	CESEP	Centrale de l'Emploi de la Ville de Bruxelles	boulevard d'Anvers 26 1000 Bruxelles	05-09-23 07-09-23 12-09-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN080	CESEP	3

Réseaux sociaux, vie privée, vie professionnelle : les enjeux

CIBLE

Opérateurs culturels et associations.

OBJECTIFS

- Distinguer de manière souple et bienveillante les champs de la sphère privée et publique
- Réfléchir l'identité numérique de son association
- Elaborer un projet de charte afin de définir une ligne éditoriale, un positionnement et soutenir les missions et valeurs de l'association
- Faire le point sur les aspects législatifs

CONTENU

- Les aspects législatifs (droit à l'image, CCT 81, responsabilité éditoriale)
- La CCT 81
- S'exprimer sur les réseaux sociaux en tant que travailleur·euse·s
- Communiquer avec ses collègues sur les réseaux sociaux
- Anniversaire, like, dislike : les bonnes pratiques
- Construire une culture d'expression sur médias sociaux fidèle à l'image de son association
- Réfléchir à une ligne éditoriale cohérente
- Contrôler ses traces numériques
- Gérer sa e-réputation
- Rédiger une charte d'utilisation

MÉTHODE

Approche participative

FORMATEUR

Jean-Luc MANISE

Directeur des secteurs informatique et communication au CESEP, expert en médias et réseaux sociaux, journaliste indépendant.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2237	CESEP	CESEP	rue du Géant 8 1400 NIvelles	14-11-23 16-11-23 21-11-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN081	CESEP	3

Evaluation, mode d'emploi

CIBLE

Tout·e intervenant·e du secteur non marchand étant amené·e à évaluer ses pratiques, ses projets et ceux de son équipe.

OBJECTIFS

- Démystification et réappropriation de la dynamique d'évaluation
- Distinguer les niveaux, les ingrédients et les aboutissants de l'évaluation
- Définir et piloter en concertation la qualité d'un projet
- Mettre en œuvre des méthodes et des outils dynamiques appropriés
- Créer son tableau de bord de suivi de projet, son outil d'évaluation continue

CONTENU

- L'évaluation, ce monstre à recycler ! … comment se le réapproprier ?
- La boussole de l'évaluation, ses temporalités
- Les 3 champs de l'évaluation : sens, résultats, méthode
- L'objet de l'évaluation
- Commanditaire, évaluateur·trice et évalué·e
- Le diagnostic de contexte : outils pour définir en concertation avec les parties prenantes la plus-value et la qualité attendues d'un livrable
- Réveil pédagogique
- Quels ingrédients fondamentaux à l'évaluation? : facteurs critiques de succès, critères et indicateurs (qualitatif/quantitatif)
- Quels outils d'évaluation du sens ? : finalités, stratégie, objectifs
- Quels outils d'évaluation des résultats ?
- Réveil pédagogique : quels outils agiles pour piloter l'évaluation de projet?
- L'évaluation par la gestion des risques
- Workshop : création de ses tableaux de bord d'évaluation continue et de bilan final
- Mise en commun et échanges autour des matrices et tableaux
- Conclusions

MÉTHODE

La formation sera interactive et alternera des exercices de mise en pratique individuels ou en sous-groupes avec des séquences d'analyses et d'échanges de vécu, suivie d'appuis théoriques synthétiques afin de compléter le processus d'intégration. Jeux de rôles, mises en application ludiques et création de tableaux de bord pour une transposition pratique des outils agiles dans les diverses réalités professionnelles. Un outil pédagogique et guide méthodologique vous sera offert : STICS – COCOF/ FWB : « Evaluation, mode d'emploi ».

FORMATRICE

Anouk VERBOOMEN

Master européen en gestion de projets culturels. Experte pédagogique associée à la formation « construire et gérer son projet » du Stics asbl. Formatrice à la conception, gestion, au pilotage et à l'évaluation de projets socioculturels, linguistiques et pédagogiques - aux dynamiques alternatives ludiques et participatives de groupes – au travail en réseaux et partenariats – à la gestion d'équipe. Communication, Team building et coaching - Création d'outils éducatifs.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2259	STICS	STICS	boulevard Lambermont 32 Bruxelles	04-04-23 11-04-23 18-04-23	3	09:30 - 16:30

Obligations comptables des ASBL, comptabilité en partie double et analyse financière

CIBLE

Toute personne qui doit, dans l'exercice de sa profession, comprendre et utiliser la comptabilité d'une ASBL.

OBJECTIFS

- Savoir ce qui doit être mis en place en matière comptable dans son association
- Comprendre un·e comptable interne, externe ou un·e réviseur·euse
- Pouvoir passer les écritures comptables de base
- Pouvoir analyser les comptes d'un ASBL et en retirer les principales informations sur sa santé financière

CONTENU

- Législation comptable : bases légales de la comptabilité simplifiée et en partie double, obligations comptables en vertu des différents pouvoirs subsidiants.
- Organisation comptable : réception, classement, authentification des pièces comptables. Forme et éléments indispensables des factures et notes de frais. Correspondance entre les pièces et l'encodage : quel journal pour quelle pièce ? Obligations de conservation et méthodes de sauvegarde.
- Mécanismes comptables : notions d'actif, de passif, de charges de produits, de long et de court terme… Utilisation du plan comptable, débit et crédit et utilisation des journaux.
- Traitements comptables des principales opérations et des subsides : APE, Maribel, ACS d'équipement et de fonctionnement.
- Analyse financière
- Obligations par rapport aux comptes annuels : forme, contenus et délais, rôle des instances.
- Compréhension des comptes annuels – vocabulaire.
- Repérage de « clignotants » qui permettent de vérifier la santé de l'ASBL
- Utilisation des ratios et développement de ratios spécifiques pour son ASBL

MÉTHODE

- Apports théoriques
- Beaucoup de concret, en fonction des réalités des ASBL présentes
- Nombreux exercices

FORMATRICE

Florence DARVILLE
Gestionnaire financière au CESEP

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2241	CESEP	Maison de la Francité	rue Joseph II 18 1000 Bruxelles	31-01-23 07-02-23 14-02-23 07-03-23 14-03-23 21-03-23	6	09:30 - 16:30

Gestion comptable et financière d'une association

CIBLE

Gestionnaire ou futur·e gestionnaire d'une institution non marchande

OBJECTIFS

- Appréhender les principaux enjeux économiques du secteur non marchand
- Comprendre les mécanismes (simplifié et complet) d'enregistrement comptables des informations financières
- Apprendre à lire et analyser le document de synthèse comptable que constitue le bilan
- Se servir de cette capacité d'analyse pour dresser les prémices d'une situation budgétaire.

CONTENU

Dans le cadre de cette information, je situerai tout d'abord le secteur non marchand dans sa spécificité économique, je définirai et préciserai ensuite les notions de ressources et d'emplois de ces ressources au sein d'une entreprise non-marchande, puis, j'introduirai les changements qui sont apparus, dans la réforme du texte de loi du 27 juin 1921, sur les associations sans but lucratif, les associations internationales sans but lucratif et les fondations du 2 mai 2002, législation à nouveau modifiée le 23 mars 2019, dans le cadre de l'intégration de la notion d'association dans la loi introduisant le Code des sociétés et des associations.
J'aborderai ensuite les notions principales nécessaires à la compréhension de la technique de la comptabilité complète en partie double, j'envisagerai ensuite quelques techniques de lecture des comptes annuels, documents de synthèse issus de la technique d'enregistrement comptable, enfin, je terminerai en examinant quelques notions liées à la réalisation d'un document budgétaire.

MÉTHODE

Séances de cours alternant, explications théoriques, mises en situation et applications (exemples amenés par le chargé de cours et les apprenant·e·s) puis analyse et synthèse des notions abordées. Ces séquences s'effectueront en sous-groupes ou en groupe entier.
Une note de cours sera à la disposition des participant·e·s.

FORMATEUR

Luc BAGGETTO
Licencié en sciences économiques, gradué en comptabilité. Contrôleur fiscal et formateur au sein du SPF Finances. Chargé de cours dans l'enseignement supérieur de promotion sociale.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2242	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	14-04-23 21-04-23	2	08:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN082	CPSE	2

Je comprends le fonctionnement et l'encodage de la comptabilité en partie double

CIBLE

Tout secteur. Personnes amenées à devoir encoder ou comprendre les bases de la comptabilité en partie double.

OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement de la comptabilité en partie double (notions de débit et de crédit)
- Appréhender et comprendre les écritures et l'encodage des opérations comptables simples : achats, ventes et financiers
- Pouvoir éditer différents documents comptables (historiques, journaux, bilans et comptes de résultats)

CONTENU

- Présentation des bases de la comptabilité en partie double : bilan et résultat : définition et relation entre les deux ; principes de débit/crédit
- Explication des différentes classes du plan comptable minimum normalisé (PCMN) : comptes d'actif, comptes de passif, comptes de charge, comptes de produit, cas particuliers des comptes de régularisation.
- Explication et encodage des opérations simples d'achat, de vente et financières via les journaux ad hoc
- Toutes ces notions sont directement mises en pratique via de multiples exercices réalisés sur le logiciel comptable Popsy ou Winbooks
- Sur base des encodages réalisés précédemment :
  - édition des historiques et journaux comptables. Présentation de l'utilité de ces documents et des informations qui y sont reprises
  - édition d'un bilan et d'un compte de résultats - documents récapitulatif de la tenue quotidienne de la comptabilité

Les participant·e·s sont invité·e·s à venir avec leur ordinateur sur lequel la version démo de Popsy et Winbooks est installée. Cela permettra à chacun·e d'avoir le matériel nécessaire pour pouvoir refaire les exercices après la formation. Attention, cette formation n'a pas pour objectif d'apprendre à utiliser le logiciel comptable mais bien de comprendre le fonctionnement de la comptabilité en partie double.

MÉTHODE

En début de séance, chaque participant·e est amené·e à décrire l'environnement dans lequel il·elle travaille, ses besoins et attentes face à la formation.
Pour rendre la formation la plus concrète possible, des exercices d'encodage seront réalisés directement sur le logiciel comptable Popsy ou Winbooks.
Un support écrit couvrant l'ensemble du programme est remis aux participant·es. La matière est parcourue à l'aide de slides (powerpoint).

FORMATRICE

Idrissia BELMILOUD
Formatrice et comptable à la Boutique de Gestion depuis 2007

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2243	La Boutique de Gestion	La Boutique de Gestion	rue Josaphat 33 1210 Bruxelles	19-06-23 22-06-23	2	09:30 - 16:30

Initiation à la comptabilité en générale

CIBLE

Toute personne désirant découvrir la comptabilité de façon pratique et acquérir le vocabulaire et les concepts utilisés en entreprise (associations)

OBJECTIFS

Permettre de découvrir ou d'approfondir les connaissances nécessaires en comptabilité et gestion financière, comprendre le vocabulaire comptable et les différentes obligations comptables et fiscale (TVA) d'une entreprise

CONTENU

- Loi sur les ASBL et les instances (CA, AG), nouveau code des sociétés.
- Notions de base de comptabilité :
  - Utilité de la comptabilité
  - Les obligations comptables des ASBL
  - La TVA (Règles, assujettissements, obligations…)
  - Le bilan et le compte de résultat
  - La comptabilité en partie double, principes et fonctionnement
  - Les opérations d'achats et de ventes sans puis avec TVA, encodage et fonctionnement
  - Suite des opérations comptables, les 3 R (remise, rabais, ristourne) et l'escompte
  - Les opérations comptables de fin d'exercices (amortissements, stocks, impôts, résultat)
  - Analyse des états financiers, interprétation des comptes annuels
  - Les tableaux de bords
  - La gestion financière (trésorerie et plan financier)

MÉTHODE

- Notions théoriques illustrées d'exemples pratiques (mise en commun avec les participant·e·s d'expériences vécues), beaucoup de mise en pratiques (exercices, analyses de documents réels)
- Formation axée sur l'acquisition du vocabulaire et de la connaissance des logiques comptables de base.

FORMATEUR

Jean-Yves APPELDOORN

Enseignant en comptabilité et fiscalité en promotion sociale. Expérience de 18 ans en comptabilité et en gestion dans une entreprise commerciale. Gestion d'une ASBL scolaire durant 10 ans. Formateur à l'IFAPME : gestion pour indépendant, comptabilité et gestion dans le secteur non-marchand. Formateur en formation continuée (Dialogue avec son comptable, Initiation à la comptabilité, notions de consolidation des comptes).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2244	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	03-10-23 10-10-23 17-10-23	3	08:30 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN083	EIC Andenne	3

La boîte à outils du nouveau gestionnaire d'une petite ASBL

CIBLE

La formation s'adresse aux (nouveaux·elles) coordinateur·trice·s de petites ou très petites ASBL. Qu'ils ou elles soient employé·e·s ou ayant un mandat d'administrateur·trice ou de délégué·e à la gestion journalière

OBJECTIFS

- Comprendre le cadre légal des ASBL et identifier les obligations administratives qui en découlent
- Identifier les obligations comptables liées aux petites et très petites ASBL et comprendre le fonctionnement du fichier Excel permettant la tenue de la comptabilité des liquidités (pour les très petites ASBL)
- Cerner les obligations fiscales des petites ASBL
- Comprendre les bases du droit du travail et les obligations de l'ASBL en tant qu'employeur
- Identifier les outils de gestion utiles pour le pilotage de l'ASBL

CONTENU

- Première partie : le formateur, juriste, présentera l'ASBL et ses différentes instances (AG, CA,..) ainsi que les rôles, obligations et responsabilités de chacune de ces instances. Cette intervention sera illustrée par un ensemble de modèle et d'outils tels que les modèles de statuts, les modèles de PV d'AG et de CA, des modèles de convocations, de registre de membres… afin que le gestionnaire puisse les utiliser directement au sein de sa structure.
- Deuxième partie : la formatrice présentera les obligations comptables liées aux petites ASBL. Depuis 2002, le législateur impose aux ASBL de tenir une comptabilité. Pour les très petites ASBL, cela peut se limiter à une comptabilité simplifiée. Ensuite, les obligations fiscales telles que la TVA, la taxe compensatoire des droits de succession et l'impôt seront expliqués.
- Troisième partie : la formatrice, juriste en droit du travail, expliquera les bases de la législation sociale afin que le·la gestionnaire puisse cerner ses obligations en tant qu'employeur. Cette partie de la formation facilitera les échanges entre le·la gestionnaire et son secrétariat social.
- Quatrième partie : un focus sera réalisé sur les outils de gestion pertinents à développer afin de permettre au·à la gestionnaire de piloter son ASBL avec un maximum de sérénité.

MÉTHODE

En début de séance, chaque personne est amenée à décrire l'environnement dans lequel elle travaille, ses besoins et attentes face à la formation.
Les formateur·trice·s seront constamment attentif·ive·s à lier la matière à la réalité de terrain des participant·e·s, et à tout moment de la journée, du temps sera prévu afin de favoriser les questions et les partages d'expérience.

FORMATEUR·TRICES

Cyrielle FLORES ALVAREZ
Conseillère et Formatrice à la Boutique de Gestion depuis 2022

Loïc BODSON
Juriste et formateur à la Boutique de Gestion depuis 2017

Céline MATHIEU
Juriste et Formatrice à la Boutique de Gestion depuis 2015

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2245	La Boutique de Gestion	La Boutique de Gestion	rue Henri Lecocq 47/1 5000 Namur	13-02-23 16-02-23	2	09:30 - 16:30

Le fonctionnement d'une ASBL (statuts, CA, AG, délégué.e.s, obligations annuelles)

CIBLE

- Travailleur·euse·s d'organismes fonctionnant sous la forme d'ASBL
- Délégué·e·s à la gestion journalière
- Délégué·e·s à la représentation

OBJECTIFS

- Comprendre les statuts d'une ASBL
- Comprendre le fonctionnement de ses différents organes (conseil d'administration, assemblée générale, délégué·e à la gestion journalière et à la représentation)
- Rédiger les convocations et les procès-verbaux des CA et des AG et publier les extraits au Moniteur belge
- Comprendre les obligations annuelles d'une ASBL
- Etablir les responsabilités au sein d'une ASBL

CONTENU

- Comprendre les statuts d'une ASBL
- Comprendre les procédures à suivre dans l'organisation d'un conseil d'administration et d'une assemblée générale
- Rédiger les convocations et les procès-verbaux des conseils d'administration et des assemblées générales
- Définir le travail du·de la délégué·e à la gestion journalière et à la représentation
- Publier les modifications statutaires et les changements d'administrateur·trice·s et de délégué·e·s au Moniteur belge
- Respecter les obligations annuelles d'une ASBL
- Vérifier l'adéquation entre les statuts de chaque ASBL présentes

MÉTHODE

- Présentation didactique sur powerpoint
- Remise d'un support
- Exemples concrets sur base des statuts des ASBL présentes
- Réponses aux questions durant les exposés
- Exercices pratiques pour clôturer la formation
- Évaluation des acquis de la formation

VEUILLEZ APPORTER UNE VERSION PAPIER DES STATUTS DE VOTRE ASBL

FORMATRICE

Soumaya ALAMI
Juriste
Formatrice et consultante en création et en gestion d'associations.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2246	Ideji ASBL	Ideji ASBL	rue au Bois 11 1150 Bruxelles	06-06-23 13-06-23	2	09:30 - 16:00

Comprendre les marchés publics

CIBLE

Personnes en charge de lancer ou de répondre à des marchés publics ou responsables de ces personnes

OBJECTIFS

- Savoir dans quels cas un marché public est nécessaire
- Connaître les règles qui s'appliquent à un marché public
- Avoir les bons réflexes pour répondre à un appel d'offre
- Connaître les étapes clés pour lancer un marché public
- Savoir quels documents utiliser pour rédiger un marché public

CONTENU

De plus en plus d'ASBL sont confrontées à la réalité des marchés publics, qu'elles soient du côté où elles répondent aux appels d'offres ou du côté où elles sont elles-mêmes des pouvoirs adjudicateurs.
La réglementation a la réputation d'être lourde, longue et complexe et de ce fait, décourage souvent les personnes qui y sont confrontées.
Il est pourtant essentiel de comprendre les grands principes qui gouvernent les marchés publics afin d'avoir les bons réflexes en la matière.
Nous vous proposons une journée de formation consacrées à la présentation et la compréhension des règles en matière de marchés publics.

La journée sera consacrée à la présentation et la compréhension des règles en matière de marchés publics.
Les points suivants seront abordés avec de nombreux exemples :

- Qu'est-ce qu'un marché public ?
- Quand doit-on faire un marché public ?
- Qui passe et exécute un marché public ?
- Les grands principes des marchés publics
- Les modes de passation
- Les étapes d'un marché public
- Les différentes procédures

MÉTHODE

- Présentation didactique sur powerpoint
- Remise d'un support
- Réponses aux questions durant les exposés
- Exercices pratiques pour clôturer la formation
- Évaluation des acquis de la formation

FORMATRICE

Soumaya ALAMI
Juriste, formatrice et consultante en création et gestion des structures non-marchandes

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2247	Ideji ASBL	Ideji ASBL	rue au Bois 11 1150 Bruxelles	28-03-23	1	09:30 - 16:00

Les 10 outils de base de la gestion de projets

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Identifier son public
- Analyser la demande de son public
- Positionner son projet sur un marché
- Délimiter et réaliser un plan d'action
- Evaluer son projet

CONTENU

Cette formation propose en trois jours de se familiariser avec les outils de base de la gestion de projet pour:

- Identifier et classer les publics (bénéficiaires directs et indirects)
- Analyser les demandes et les besoins
- Cibler et segmenter ; se positionner sur un marché
- Décrire le contexte et valoriser les ressources
- Délimiter le projet et définir les prestations
- Enumérer les moyens nécessaires
- Budgétiser
- Evaluer le projet et sa faisabilité
- Etablir le schéma du plan d'action
- Evaluer les risques et les contraintes : réaliser ou non le projet

MÉTHODE

Le séminaire est basé sur des mises en pratique immédiates et des brefs exposés théoriques. Les participant·e·s recevront à l'issue de la formation les fiches pédagogiques reprenant les contenus théoriques.

FORMATEUR

Patrick HULLEBROECK
Formateur en gestion de projets

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2257	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	06-04-23 07-04-23 14-04-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN084	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	3

Du descriptif de fonction au plan de développement des compétences

Un enjeu pour les travailleur.euse.s et les équipes

CIBLE

La formation s'adresse à des responsables d'équipes ou à toute personne directement impliquée dans la gestion des ressources humaines.

OBJECTIFS

- Réaliser des descriptifs de fonction adaptés aux besoins de votre service
- Poser les bases nécessaires à la mise en œuvre d'un référentiel de compétences/référentiel métier
- Etablir un plan de développement des compétences (pour accompagner individuellement et amorcer le plan de formation)

CONTENU

Bien gérer ses ressources humaines est un enjeu essentiel pour toute institution. Investir dans l'accompagnement et l'encadrement du personnel est donc un enjeu majeur, surtout pour le secteur non-marchand dans lequel l'humain est et reste le seul « outil de production ».

Le sentiment de bien-être au travail est fortement lié à la place que l'on donne à chacun·e dans une équipe et au sentiment d'utilité que l'on peut trouver dans l'exécution de ses tâches et missions. Source de conflits et de tensions, l'absence de repères clairs peut mettre à mal équipes et individus.

Le contenu de la formation portera sur l'importance de développer des référentiels professionnels partagés en vue d'une saine collaboration (descriptifs de fonctions, référentiels métiers, …), sur la construction et la rédaction des supports nécessaires.

Décrire les fonctions d'une organisation et définir le profil du personnel servira à mieux recruter, à évaluer mais surtout à pouvoir accompagner et développer les compétences des professionnels tout au long de leur carrière.

MÉTHODE

Une pédagogie interactive et participative. Chacun·e repartira avec une «bibliothèque» d'exemples dans laquelle il·elle pourra puiser et s'inspirer mais surtout avec des méthodes pour créer ses propres modèles.

FORMATRICE

Barbara FLANDROIT

Agrégée en Communication, formée en management et en gestion de projets dans le secteur non marchand, expérimentée en analyse et mise en place d'outils de gestion des Ressources Humaines.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2251	CEFORM	CRES	route d'Obourg 30 7000 Mons	24-03-23 31-03-23	2	09:30 - 16:30

Utiliser la description de fonction pour objectiver et structurer vos évaluations et entretiens de fonctionnement

CIBLE

Directeur·trice, coordinateur·trice, responsable du personnel, chef·fe d'équipe

OBJECTIFS

- Comprendre le enjeux d'une description de fonction et d'une procédure d'évaluation pour les différentes parties prenantes
- Déterminer le contenu idéal de ses propres descriptions de fonction et sa procédure d'évaluation
- Comprendre comment la description de fonction peut être un outil de référence utile pour les moments d'évaluation
- Identifier des méthodes de travail participatives qui permettront de développer ces 2 outils : Description de fonction et Evaluation
- Faire vivre ces outils via des cas pratiques en lien avec les réalités des participant·e·s

CONTENU

Une première partie basée sur:

- les réflexions et les échanges au sein du groupe afin de comprendre la plus value que peut apporter la description de fonction et l'évaluation sur le quotidien de l'entreprise et les différentes parties prenantes (équipe, coordination, instances)
- le lien entre la description de fonction et l'évaluation : comment vont ils s'améliorer l'un l'autre; comment développer une procédure d'évaluation objective grâce à la descriptions de fonction.

Ensuite, le focus sera mis sur les méthodes de travail et possibilités existantes pour que les descriptions de fonction et la procédure d'évaluation soient :

- développées de manière participatives
- structurées en fonction des besoins et attentes de l'ASBL. Des grilles et canevas types seront réfléchies et élaborées sur base de modèles proposés lors de la formations et des réflexions et échanges d'expérience du groupe.

Enfin, sur base de tout ce qui précède, les participant·e·s pourront réfléchir à leurs propres descriptions de fonction et procédure d'évaluation sur base de leur cas concret et situations particulières.

MÉTHODE

Un support couvrant l'ensemble du programme est remis. Les échanges d'expériences et de bonnes pratiques entre les participant·e·s sont encouragés (moments spécifiques dédiés). Un moment de travail sera consacré à de la mise en pratique. Les participant·e·s bénéficieront au terme de la formation de supports pratiques et exemples concrets leur permettant de mettre en place leurs descriptions de fonction et procédure d'évaluation.

FORMATRICE

Christelle BERNARD
Conseillère et formatrice en GRH depuis 2017

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2252	La Boutique de Gestion	La Boutique de Gestion	rue Josaphat 33 1210 Bruxelles	25-04-23	1	09:30 - 16:30

L'essentiel de la législation sociale

CIBLE

Toute personne qui, de par sa fonction, a besoin de rapidement avoir des notions de base en législation sociale.

OBJECTIFS

- Acquérir les connaissances de base nécessaires à l'application de la législation sociale dans l'entreprise
- Identifier les erreurs à ne pas commettre
- Développer les bons réflexes face aux différentes situations rencontrées
- Valider ses pratiques

CONTENU

- Savoir où et comment chercher l'information
  - Bref historique de la concertation sociale
  - Utiliser les différentes sources de droit
  - Bien comprendre leur articulation
  - Les conventions collectives et leur portée
  - Le règlement de travail et son contenu
  - Savoir chercher l'information (publication, sites internet…)
- Les points essentiels quant à la conclusion du contrat de travail
  - Les formes de contrats possibles : CDI, CDD, CDR, temps partiel
  - Les clauses obligatoires, facultatives, interdites
  - La période d'essai : Quelle durée ? Quelle procédure ?
  - Quelles sont les modifications que l'employeur peut imposer ?
  - Les règles en matière de CDD et CDR (durée maximale, successions, clauses dérogatoires…)
- Les principales règles liées à l'exécution du contrat de travail
  - Durée du travail : limites, heures supplémentaires, complémentaires, travail du dimanche, jour férié, nuit…
  - Retard et empêchement de travailler
  - Les obligations familiales, civiles et civiques
  - Congés payés : acquisition, fixation, paiement…
  - Maladie, maternité, accident du travail…, ce qu'il faut savoir
  - Congé parental, crédit-temps, congé-éducation, quelques notions
- Les fondamentaux de la rupture du contrat de travail
  - Les différents modes d'extinction du contrat et leurs conséquences.
  - La notion de préavis et de contre-préavis
  - La rupture des différents contrats (CDI, CDD, CDR)
  - Les indemnités de rupture
  - La notion de motif grave et de congé pour motif grave
  - L'abus de droit
  - Les travailleur·euse·s protégé·e·s

MÉTHODE

- Exposés théoriques ET exercices pratiques (les cas proposés sont tous issus de la réalité et des situations rencontrées par le formateur)
- Echanges avec les participant·e·s
- Une documentation pratique et complète
- Les slides de la formation
- Des schémas et fiches récapitulatives
- Les exercices et leurs solutions
- Une liste des sites web intéressants

FORMATEUR

Jean-François DEBUISSON

Juriste, conseiller juridique, formateur indépendant et enseignant au CPSE, actif dans le secteur associatif

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2253	CPSE	CPSE	rue des fortifications 25 4030 Grivegnée	16-11-23 23-11-23 30-11-23	3	09:00 – 16:30

Recruter du personnel dans le secteur non marchand : outils et astuces

CIBLE

Tout·e professionnel·le impliqué·e dans le recrutement et/ou responsable de structures de petites tailles (moins de 10 travailleur·euse·s)

OBJECTIFS

- Définir les besoins en recrutement et établir le profil des candidat·e·s à recruter
- Mettre en place une procédure de diffusion et de sélection efficace des candidatures
- Mener à bien un entretien et faire le «bon» choix
- Accueillir et intégrer les nouveaux·elles pour débuter la collaboration sur de bonnes bases

CONTENU

- L'ouverture de poste
  - Définir ses besoins en personnel
  - Rédaction d'un profil type- Donner une vision stratégique au recrutement
  - Rédaction de l'offre d'emploi pour attirer de « bons » futur·e·s employé·e·s
  - Trouver les canaux les plus adaptés pour la diffusion de son offre d'emploi
  - Trucs et astuces pour faciliter la constitution d'une base de données de candidatures et gérer l'afflux de CV
  - Règles pour mener à bien le screening des candidatures
  - Points d'attention et de vigilance sur les questions de diversité et de non-discrimination
- L'entretien d'embauche
  - Construire son guide/grille d'entretien
  - Accueillir et mettre à l'aise
  - Questionner efficacement et avec bienveillance
  - Éviter les pièges
  - Apprendre à réaliser des mises en situation
- La prise de décision :
  - Analyser et comparer les candidatures
  - Repérer les compétences et vérifier les aptitudes
  - Décider
- Organiser l'accueil et l'accompagnement des personnes nouvellement engagées en préparant leur accueil et parcours d'intégration

MÉTHODE

Une pédagogie interactive et participative faite d'exposés théoriques brefs (orientés résultats) et d'exercices pratiques d'appropriation. Transmission de modèles de questionnaires, profils de compétences, outils de screening, etc.

FORMATRICE

Barbara FLANDROIT

Titulaire d'un master en communication. A dirigé des projets et des équipes dans des organisations à finalité sociale ou culturelle avant d'accompagner les travailleur·euse·s du non-marchand dans le développement de leurs compétences.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2254	CEFORM	CRES	route d'Obourg 30 7000 Mons	06-04-23 13-04-23	2	09:30 - 16:30

Accompagner et réintégrer les travailleur.euse.s en incapacité

Cadre légal et aspects pratiques

CIBLE

Toute personne qui se sent concernée par la thématique (travailleur·euse·s, acteur·trice·s de la prévention, coordination, direction)

OBJECTIFS

- Comprendre le cadre légal sur la réintégration
- Etre capable d'élaborer une politique d'accompagnement de réintégration
- Connaitre les rôles respectifs, droits et devoirs des intervenant·e·s
- Lever les tabous sur la question de l'absentéisme longue durée
- Co-construire des outils et favoriser des échanges de «bonnes pratiques»

CONTENU

- Introduction
  - Accueil et tour de table sur les attentes des participant·e·s par rapport à la formation
  - Etat des lieux de l'incapacité longue durée en Belgique et principaux facteurs explicatifs
  - Définition des concepts et liens entre la politique de réintégration et la politique de prévention
- Cadre légal
  - L'incapacité de travail, la politique de réintégration et le rôle des différent·e·s acteur·trice·s
  - Droits et obligations des travailleur·euse·s après une longue période d'incapacité de travail
- Travail de groupe : analyse de situations et pistes d'action sur base de situations concrètes amenées par les participant·e·s.
  - Elaboration collective d'un outil pour une politique d'accompagnement et de réintégration des travailleur·euse·s en incapacité de travail

MÉTHODE

- Démarche participative valorisant la co-construction des savoirs
- Alternance des éléments théoriques et pratiques
- Analyses de situations concrètes
- Elaboration collective de «bonnes pratiques»

FORMATRICES

Stéphanie CAMBRON
Conseillère en prévention niveau 1

Rachel CARTON
Coordinatrice de l'ABBET et conseillère en prévention aspects psychosociaux

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2255	ABBET	Eolis	square sainctelette 13-15 1000 Bruxelles	13-04-23	1	09:30 - 16:30

Gérer efficacement les crises et communiquez avec de l'impact

CIBLE

Toute organisation qui peut être affectée par une une situation de crise et qui souhaite s'armer avec un plan de gestion de crise et une procédure de communication de crise

OBJECTIFS

- Identifier les seuils à partir desquels un incident devient une crise
- Développer une procédure de notification et un plan de gestion de crise
- Identifier les parties prenantes
- Comprendre où ce plan de gestion de crise se situe dans l'organisation
- Tester et évaluer le plan de gestion de crise et la communication de crise

CONTENU

- A partir d'exemples concrets: c'est quoi une crise ?
- Quand est-ce qu'un incident devient une situation à risque ?
- A quels types de crise peut-on être confronté ?
- Quelles sont les conséquences de ces différents types de crise ?
- Développer un plan de gestion de crise : les éléments à prendre en considération
- La procédure de notification : pourquoi et comment faire?
- La cellule de crise: comment la composer
- Ressources à prévoir (locaux, matériel, outils, moyens, supports)
- Le plan de gestion de crise et où le situer dans l'organisation
- La gestion d'une situation de crise de a à z
- La communication en cas de crise
- Les tâches du responsable communication
- Le principe du Golden Hour et l'importance de la communication proactive
- Quelques techniques de communication utiles en cas de crise
- Evaluer et tester le plan de gestion de communication

Comment gérer l'après-crise?

- Mise en pratique du plan de gestion de communication de crise
- Le deuxième jour est complètement dédié à un exercice de gestion de crise.

MÉTHODE

Réflexion stratégique, apport de méthodes, application immédiate sur l'organisation qui a demandé la formation. Réflexion en sous-groupes, discussions et présentations en séance plénière. Mise en pratique des techniques. La 2ème journée, consacrée à des exercices de mise en pratique, est prévue avec un intervalle d'un mois et se clôturera par un débriefing détaillé et des recommandations.

FORMATEUR

Chris DECROIX

Formateur et coach en communication ; storytelling, développement de contenus ; réseaux sociaux ; stratégie et planning de communication ; gestion de crise ; gestion de réunions

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2238	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	10-10-23 14-11-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN085	Bruxelles Formation | BF entreprises	2

Stratégie et bonne gouvernance : les clés de l'efficacité

CIBLE

Cadres des services ou toutes personnes amenées à « gérer » des projets ou des groupes de travail thématiques

OBJECTIFS

- Comprendre les notions fondamentales de la réflexion stratégique
- Définir l'identité de son association et penser son futur
- Maîtriser les outils nécessaires à la planification stratégique et sa mise en oeuvre
- Etablir la performance à atteindre, évaluer les résultats et piloter le changement
- Elaborer un plan de communication interne sur le projet vision de l'organisation

CONTENU

Stratégies, missions, valeurs, vision, axes de développement, objectifs stratégiques, plans d'action, gestion de projet, planning, performance, pilotage, tableaux de bord, amélioration permanente, management de la qualité totale… autant de notions abordées pendant ces 3 jours

MÉTHODE

Une formation pratique, dynamique et participative au terme de laquelle chacun·e disposera d'outils et d'une réflexion globale pour sa propre structure.

FORMATRICE

Isabelle GOOS
Ingénieure, licence spéciale en gestion du non-marchand, auteur du livre « Oser : la stratégie du succès dans votre association », consultante et formatrice, chargée de cours à l'UCL. Intervenante pour l'ASBL PSDD.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2248	PSDD asbl	PSDD asbl	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	21-03-23 28-03-23	2	09:00 - 16:30

Codéveloppement vers une gouvernance participative

CIBLE

Gestionnaires, coordinateur·trice·s, directeur·trice·s ou fonctions assimilées

OBJECTIFS

- Percevoir et analyser les fonctionnements organisationnels d'une structure
- Identifier objectivement les problématiques auxquelles une organisation est confrontée
- Faire émerger les marges de manœuvres et les freins au changement existants
- Créer un plan d'action concret pour faire évoluer son organisation dans son mode de gouvernance et dans son pilotage
- Reproduire des méthodologies participatives de co-construction

CONTENU

- Réalisation de diagnostics organisationnels, par la mise en évidence des missions/valeurs et leur mise en application dans les modes de fonctionnements
- Détection de marges de manœuvre et introduction à la gestion participative
- Sessions de codéveloppement pour la mise en place de changements dans les modes de gouvernance et de pilotage
- Réalisation de plans d'actions concrets vers une gouvernance en cohérence avec la réalité existante et les missions et valeurs portées par sa structure

MÉTHODE

L'approche pédagogique utilisée dans le cadre de cette formation est inspirée de celle du codéveloppement. Il s'agit d'une approche de formation qui mise sur le groupe et sur les interactions entre les participant·e·s pour améliorer la pratique professionnelle de chacun·e.
Les participant·e·s s'alterneront pour partager leur situation vécue et la soumettre à l'étude attentive du groupe qui s'attellera à faire avancer la réflexion sur ce cas pratique. Au fur et à mesure émergera autour de cette question (réflexion, ou interpellation) différents « savoirs » pratiques, connaissances théoriques, pistes, hypothèses, ou nouvelles démarches utiles tant au porteur·euse qu'aux autres membres du groupe, que ce soit pour leur développement professionnel ou personnel.
La force de la méthodologie ici proposée tient en trois points : premièrement elle se base sur un principe d'intelligence collective ; deuxièmement les pistes, points de vues, grilles de lectures sont proposées par les membres du groupe et émanent d'une action de terrain ; et troisièmement par les éclairages et liens théoriques pouvant être amenés par l'animateur. L'alliance de ces trois éléments constitue un vivier d'apprentissage dont la richesse s'applique tant sur du court terme que sur du plus long terme.

FORMATEUR

Joachim SFERRAZZA

Intervenant expérimenté et spécialisé dans le secteurs de l'économie sociale. Intervenant psycho-social au RES, asbl non-marchande, il accompagne les entrepreneur·e·s, gestionnaires et travailleur·euse·s sociaux, confirmé·e·s et débutant·e·s, dans l'amélioration de leur pratiques.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2249	RES - Réseau d'Entreprises Sociales	RES - Réseau d'Entreprises Sociales	rue Forgeur 15 4000 Liège	27-04-23 25-05-23 22-06-23	3	09:30 - 16:30

Sociocratie : un mode de gouvernance participatif et dynamique

CIBLE

- Responsable d'organisation, d'équipe, de groupe...
- Coordinateur·trice·s de projets
- Travailleur·euse fonctionnant ou souhaitant acquérir un savoir-faire et un savoir-être en intelligence collective

OBJECTIFS

- Encourager la coopération responsable de vos collaborateurs
- Résoudre efficacement des conflits
- Favoriser le développement durable de votre organisation
- Faire de votre milieu de travail une organisation apprenante
- Améliorer l'efficience

CONTENU

Venez partager une méthode qui permet le partage du pouvoir, motive la coopération de chacun·e, augmente la productivité d'une organisation et solidifie la structure d'exécution.

Les participant·e·s vivront une expérience concrète de coopération prise de décision participative. L'approfondissement des principes d'intelligence collective et de partage du pouvoir découlera de cette expérimentation. Chacun·e pourra, également, revenir sur un défi professionnel pour trouver les moyens d'avancer concrètement. La formation abordera aussi la gestion du développement d'une organisation dynamique auto-organisée.

MÉTHODE

La pratique et les difficultés des participant·e·s dans leur propre organisation seront les bases sur lesquelles se construiront ces 2 jours de formation.

FORMATEUR·TRICE

Jean-Luc GILSON
Master en sciences économiques et en sciences sociales, Gradué de L'école internationale des Chefs, Collaborateur de l'Université de Paix

Sabine HEYMANN
Consultante, Formatrice et Coach agréé par le Centre mondial de sociocratie, Directrice de Sociogest Belgique, Collaboratrice de l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2250	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	05-06-23 06-06-23	2	09:30 - 16:30

Construire et animer un partenariat

CIBLE

Tout professionnel·le du secteur non marchand amené·e à réaliser des projets en partenariat

OBJECTIFS

Maîtriser les règles à respecter pour établir et maintenir une collaboration satisfaisante pour toutes les parties concernées

CONTENU

On assiste depuis plusieurs années à la multiplication des projets menés en partenariat. Pourtant, à écouter les témoignages, les partenariats ne sont pas faciles à construire et à animer. Beaucoup de problèmes résultent de la méconnaissance des partenaires, d'objectifs mal définis, de défauts organisationnels et de l'imprécision des rôles et des responsabilités. Ils résultent aussi pour une part d'un manque de connaissance de la dynamique partenariale et de motivations mal évaluées. De fait, beaucoup de partenariats sont imposés, soit par les autorités de tutelle qui cherchent à maximiser l'utilisation des deniers publics, soit par les nécessités économiques. Faut-il pour autant renoncer aux bénéfices de l'action menée en commun, à la logique associative ?

Au programme : Qu'est-ce qu'un partenariat ?

- Concevoir le partenariat (faire l'historique, choisir ses partenaires, fixer les objectifs, définir la mission, budgéter, analyser les apports respectifs, répartir les rôles, adopter les règles de fonctionnement)
- Négocier le partenariat (tenir compte du point de vue des autres, se centrer sur ses priorités, distinguer objectifs à court terme et enjeux à long terme)
- Assurer le suivi (que faut-il observer ? L'élaboration des tableaux de bord)
- Evaluer le partenariat (Evaluer quoi, comment, avec qui ?)

MÉTHODE

Flashs théoriques, exercices pratiques, échanges d'expériences, analyses de cas, en grand groupe, petits groupes et individuellement. Les participant·e·s recevront des fiches pédagogiques.

FORMATEUR

Patrick HULLEBROECK
Formateur en communication et en gestion de projets

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2258	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	14-03-23 16-03-23	2	09:30 - 16:30

Construire concrètement son plan de formation : méthodologie & outils

CIBLE

Responsables de service, responsables pédagogiques, référent·e·s-formation (actuels ou futurs), chef·fe·s d'équipe, délégué·e·s au CPPT ou au CE, gestionnaires de personnel

OBJECTIFS

- S'approprier une logique globale et une méthodologie d'élaboration d'un plan de formation (PF) basé sur les besoins en compétences individuelles, collectives et organisationnelles
- Elaborer une méthodologie adaptée de rédaction de son PF
- Identifier les outils et les supports utiles pour construire son PF
- Rédiger un plan d'action de construction de son PF de manière autonome
- Inscrire la construction du PF dans une démarche active de concertation et de gestion du personnel

CONTENU

- Plan de formation: éléments constitutifs
  - Présentation des différents éléments indispensables à un PF adapté, adaptable et transférable
- Plan de formation : méthodologie
  - Quelles sont les différentes approches et étapes pour un PF réussi ?
  - Construction de la méthodologie propre à l'institution
- Output : méthodologie d'élaboration de son PF
- Plan de formation : outils
  - De quels outils avons-nous besoin pour mettre en place notre méthodologie d'élaboration du PF ?
  - Sur base de l'existant, quels sont les outils garder/adapter/créer ?
- Output : listing des outils indispensables à améliorer/développer
- Output : méthodologie d'animation d'une séance collective de cartographie institutionnelle
  - Consulter le personnel sur ses besoins en compétences/formations
- Output : définition individuelle de sa méthodologie de consultation et rédaction de son canevas-type
  - Transformer les besoins en compétences en objectifs de formation
- Output : 3 fiches «Description projet de formation»
- Plan d'action
  - Rédaction d'un plan d'action personnel et détaillé pour établir son PF au retour dans son institution

MÉTHODE

- Réflexion / évaluation : utiliser des techniques favorisant la réflexion, la créativité et la projection dans le futur
- Participation : favoriser échanges et expression de chacun·e en installant un cadre participatif, dynamique et bienveillant
- Application : intégrer les spécificités des différents métiers et équipes, et inviter à des productions propres
- Transfert : faire évoluer et valider progressivement, étape par étape et par participant·e, les orientations dégagées, les décisions prises et les pistes d'action
- Action : accompagner le groupe à produire des plans d'actions détaillés (qui, délais, moyens, supports) - Apporter le support expert pour l'élaboration d'outils propres à chaque institution

FORMATRICE

Vanessa MAZUR
Formatrice, Consultante & Animatrice

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2256	Ancolie	Fondation Gendebien	rue de Bomel, 154 5000 Namur	20-06-23 27-06-23	2	09:00 - 16:30

Ecrire pour être lu

CIBLE

Cette formation s'adresse aux non-professionnel·le·s de la communication qui désirent acquérir des outils pour améliorer la pertinence et la lisibilité de leurs écrits professionnels

OBJECTIFS

- Ecrire de façon attractive, efficace et ciblée
- Appliquer des astuces de journalistes pour structurer ses idées et aller à l'essentiel
- Alléger son style et appliquer les règles de lisibilité
- Rendre ses écrits attractifs
- Structurer ses idées en choisissant un plan adapté

CONTENU

- Penser avec méthode avant d'écrire : objectif, contexte, destinataire et action attendue
- Structurer le contenu (L'objet qui fait mouche, la méthode post-it, le choix du plan en fonction de l'objectif…)
- Adopter les principes de lisibilité (phrases courtes, syntaxe allégée, vocabulaire concret, mise en page…)
- Connaître les spécificités de l'email (écran, police, étiquette, copies et reply, appels et politesses) et les bases du courrier administratif / professionnel
- Donner du rythme, du nerf et rendre son texte accrocheur
- Penser en images et recourir au storytelling
- Se relire et se corriger (découverte d'outils d'aide à la rédaction, check-list et points d'attention)

MÉTHODE

- Le point d'appui initial de la formation sera le mail. C'est une forme exigeante qui permet de découvrir un ensemble de « A FAIRE » et « A NE PAS FAIRE » tout-terrain.
- Chaque astuce partagée fera l'objet d'exercices pratiques brefs et variés
- Plusieurs temps seront dédiés à des challenges personnels d'écriture (mails, note, court texte) et à leur analyse
- Des parenthèses d'écriture créative ludiques apporteront confiance et légèreté
- Des écrits professionnels réels seront comparés et observés
- 2 ou 3 petits défis seront à relever entre les 3 jours (max 30 min à prévoir dans chacun des 2 intervalles)

NB : Pendant la formation, les participant·e·s recevront en prêt, selon les besoins, des pc ou des tablettes numériques.

FORMATRICE

Cécile MICHAUX

Formatrice en communication, spécialisée en écriture professionnelle et créative. Diplômée en Techniques de Communication et animatrice d'ateliers d'écriture, elle a été notamment chargée de communication écrite pendant 30 ans au Théâtre National.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2239	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	3	11-04-23 18-04-23 25-04-23	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN086	Bruxelles Formation | BF entreprises	3

Méthode d'Office Organising pour gagner en efficacité

CIBLE

La formation est adaptée aux diverses fonctions et secteurs d'activités

OBJECTIFS

- Gagner en efficacité
- Améliorer sa productivité
- Optimiser son espace de travail
- Consacrer plus de temps à la réalisation d'objectifs
- Sortir du mode urgence

CONTENU

Tout le monde dispose de 24 heures dans une journée, seulement, nous ne les vivons pas tous de la même manière… Ne passez plus à côté de l'essentiel, économisez votre temps.
Avec cette formation, vous apprendrez à organiser vos journées et votre environnement de travail. En élaborant par exemple une planification réaliste afin d'éviter le stress de la non atteinte d'objectifs personnels trop ambitieux.
Vous découvrirez également des méthodes de classification, d'organisation, d'archivage, de gestion numérique qui permettront un gain de temps pour une performance accrue.
Qui dit productivité dit aussi, construction d'un agenda, anticipation, connaissance de soi, hiérarchisation des tâches, organisation de son espace de travail, méthodologie du rangement et aménagement du matériel.
Avec les différentes méthodes proposées, le clean desk ne sera plus un problème, moins de documents (papier ou numérique) seront égarés et moins de temps sera perdu.
A l'aide de cas concrets, de mises en situations, de partage d'expériences et d'échanges, des pistes et des solutions seront proposées. A l'ère du numérique, nous pouvons aussi compter sur de nombreux outils en ligne pour optimiser l'atteinte de nos objectifs.
Les méthodes d'office organising seront au centre de cette formation, elles seront présentées et débattues.
Ces astuces d'organisation et de rangement permettent d'optimiser votre espace de travail, de structurer votre quotidien et donc in fine, d'augmenter votre rentabilité.
L'objectif est qu'à votre retour au bureau vous puissiez immédiatement optimiser votre performance au travail, maximiser l'atteinte de vos objectifs, être plus productif·ve, sortir du mode urgence et redevenir maître de votre temps.

MÉTHODE

La méthodologie est basée sur des éclairages théoriques, des illustrations, des cas pratiques et des visuels. Le partage d'expérience est encouragé. Cette formation participative vise à être la plus personnelle possible, c'est pour cela qu'une fois votre inscription effectuée, vous recevrez un questionnaire sur votre espace de travail et vos attentes.

FORMATRICE

Audrey DEBLAUWE

Maître de Formation Pratique et Maître Assistante en Haute Ecole. Auto-entrepreneuse dans l'âme, passionnée par le numérique et curieuse d'apprendre. Expériences professionnelles dans le recrutement, la consultance, le coaching, les formations et la réinsertion professionnelle.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2240	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	3	15-09-23 21-09-23 22-09-23	09:00 - 17:00

4

RELATIONS AVEC LE PUBLIC BÉNÉFICIAIRE

Accueil téléphonique: mieux accueillir, mieux communiquer

CIBLE

Principalement adressée à du personnel technique (secrétariat) ou d'accueil, cette formation peut néanmoins convenir à tout·e professionnel·le qui souhaite améliorer sa communication par téléphone.

OBJECTIFS

- Apprendre à s'exprimer par téléphone de manière efficace
- Relayer les appels et transcrire les messages correctement
- Apprendre à mieux gérer les mécontents et les agressifs

CONTENU

- LA COMMUNICATION ORALE : PRINCIPES GENERAUX ET REGLES A OBSERVER
  - De la conception du message à sa compréhension par l'Autre :
    - Les principes de bases de la communication
    - Maîtriser sa communication verbale, non verbale, paraverbale
  - Techniques pour mieux « s'entendre » : l'écoute active
    - Les questions et les reformulations
- LES SPECIFICITES DE LA COMMUNICATION PAR TELEPHONE
  - Les règles de base de la communication par téléphone
  - Le travail de la voix
  - Check lists pour une communication efficace au téléphone
  - A dire et à ne pas dire au téléphone
- QUAND ET POURQUOI ETES-VOUS APPELE(E)… ET APPELEZ-VOUS ?
  - Le traitement d'un appel : les techniques-clefs
  - Transmettre un appel, prendre note d'un appel
  - La prise de rendez-vous par téléphone
- LE TRAITEMENT DES OBJECTIONS ET CAS PARTICULIERS
  - Le traitement de l'agressivité par téléphone
  - Les pipelettes et autres «cas déviants» du téléphone

MÉTHODE

Une méthode interactive avec alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques.

FORMATEUR

Xavier LIETAR

Master en psychologie clinique. Master en psychologie commerciale et industrielle. Thérapeute-Formateur-Tabacologue. Accompagnateur d'équipes dans le secteur de l'action sociale. Chargé de cours à la European Communication School.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2260	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	13-11-23 27-11-23	2	09:30 - 16:30

A la rencontre du.de la résident.e et de ses proches

CIBLE

Toute personne en relation avec des résident·e·s et leurs proches et qui se sent touché·e par la thématique de la rencontre avec l'autre dans sa pratique professionnelle, en particulier le personnel des maisons de repos et de soins, des maisons médicales et des centres de soins à domicile, toutes fonctions et qualifications confondues.

OBJECTIFS

- Soutenir la place des soignant·e·s dans leurs relations avec les résident·e·s et leurs proches
- Identifier les limites et les résistances de chacun·e lors de la première rencontre
- Travailler la capacité à gérer les crises, éviter les conflits, gérer ses émotions afin de garder une juste place dans la relation
- Situer la place et la fonction des différents intervenant·e·s dans la rencontre
- Permettre aux soignant·e·s d'affiner leur potentiel créatif dans les relations avec les résident·e·s et avec leurs proches. Les encourager dans leur évolution professionnelle

CONTENU

Les relations avec le·la résident·e et son entourage ne sont pas toujours optimales. Des situations d'incompréhension mutuelle génèrent des tensions entre les intervenant·e·s là où chacun·e a pourtant besoin de reconnaissance et de confiance pour un accompagnement de qualité.
Cette formation vise à répondre aux besoins du personnel de MR/MRS en termes de ressources pour améliorer la communication et l'écoute avec le·a résident·e et ses proches. Elle aborde l'écoute (verbale et non verbale), l'importance du temps de l'accueil, la place de la famille, les deuils consécutifs à l'entrée en MR ou MRS, les valeurs de confiance et d'acceptation de l'altérité.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expériences.

FORMATRICES

Marie-Philippe HAUTVAL

Psychologue, psychothérapeute et superviseuse. Son intervention se focalise vers les équipes de soins de bénéficiaires vulnérables (personnes âgées, handicapées, en fin de vie, exclues).

Françoise VAN DEN EYNDE

Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse. Françoise accompagne des équipes soignantes dans différents types d'institutions. Les questions relatives à la mort, à la souffrance, au deuil et au désir de vivre sont centrales dans sa pratique professionnelle.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2261	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	06-04-23 13-04-23	2	09:00 - 16:00

Perte, mort et deuil en MR et MRS

CIBLE

Toute personne confrontée à la thématique du deuil ou de la perte dans sa pratique professionnelle, en particulier le personnel des maisons de repos et de soins, des hôpitaux, des maisons médicales et des centres de soins à domicile, toutes fonctions.

OBJECTIFS

- Définir et explorer les représentations autour des termes « perte » et « deuil »
- Explorer les réactions émotionnelles face à la mort
- Interroger sa place d'accompagnant·e confronté·e à des situations de perte et de deuil
- Porter un regard sur sa pratique en matière d'accompagnement de personnes endeuillées
- Explorer les attitudes qui facilitent la gestion des situations de deuil

CONTENU

Le deuil représente notre manière de gérer / digérer une perte, une séparation, un échec, une injustice, un décès etc. Il intervient dans toutes les circonstances où nous sommes contraint·e·s - par réalité soudaine ou prévisible- d'abandonner la réalisation d'un désir fût-il légitime ; d'abandonner une conception personnelle de la vie, ou de bonheur.
Cette formation aborde les thématiques suivantes : la douleur du deuil, le deuil du·de la soignant·e, celui de l'autre, le deuil normal ou pathologique, les mécanismes de défenses mis en place, les attitudes facilitantes dans l'accompagnement d'une personne endeuillée.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN087	CEFEM	2

Pertes, séparations, deuils, comment les traverser et les accompagner ?

CIBLE

Tous sont acceptés à la formation

OBJECTIFS

- Comprendre les différentes étapes qui permettent de traverser un deuil
- Aborder, avec moins d'appréhension, une personne endeuillée pour lui apporter du réconfort
- Développer une authentique attitude d'écoute afin de favoriser l'expression émotionnelle de la personne endeuillée
- Trouver les moyens d'aider la personne en crise à mobiliser ses propres ressources pour faire face à sa situation
- Identifier les signaux précurseurs d'un deuil compliqué ou pathologique avant de proposer une aide préventive adaptée.

CONTENU

- Le processus d'attachement :
  - Les différentes pertes et les facteurs qui influencent le deuil
  - Les différentes étapes du processus de deuil et de traversée de crises et comment les accompagner
  - Les réactions face au deuil et les indices précurseurs d'un deuil compliqué ou pathologique
- Le système émotionnel :
  - Reconnaître et gérer les émotions du deuil
  - Qu'est-ce que la résilience ?
  - Comment développer ses capacités de résilience pour réagir aux « ruptures de vie » ?
  - Apprendre et expérimenter quelques outils psycho-corporels (yoga, méditation) pour retrouver énergie vitale et sens à la vie.
- Accompagner la personne endeuillée :
  - Quelques notions d'écoute active
  - Que dire et ne pas dire ?
  - Que faire pour être soutenant·e ?

MÉTHODE

- Apports de concepts théoriques éclairés par l'Analyse Transactionnelle
- Travail en petits groupes : réflexions, étude de cas, recherches d'options
- Exercices pratiques : mises en situations, méditations, photo-langage
- Partages et analyse d'expériences et de vécus

FORMATRICE

Sophie DEVUYST
Formatrice en communication et relations humaines

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2292	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	30-01-23 31-01-23 02-02-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN088	Emancipe asbl	3

Soins palliatifs : la mort, l'accompagnement et moi ! Face à la perte quelles émotions ?

CIBLE

Professionnel·le de l'aide et du soin en contact avec des situations de soins palliatifs et/ou d'accompagnement au deuil.

OBJECTIFS

- Identifier la place de la mort dans la société/dans l'institution
- Identifier l'influence des représentations de la mort et du deuil sur l'accompagnement de la personne en fin de vie
- Explorer les modèles qui sous-tendent l'accompagnement des personnes en fin de vie
- Identifier son rapport à la perte pour accueillir, dans une écoute empathique, toutes les expressions de souffrances liées au deuil

CONTENU

Les participant·e·s auront l'occasion de :

- prendre connaissance des origines et des principes de base des soins palliatifs
- identifier les représentations des soins palliatifs et les enjeux actuels
- prendre connaissance de sa propre représentation de la «bonne mort»
- identifier les particularités de la relation «soignant·e/soigné·e»
- identifier la fonction des soins palliatifs dans la société
- identifier les étapes du deuil
- expérimenter un processus d'évolution et d'accompagnement de ces étapes à travers la réalisation d'un journal créatif.
- La thématique du deuil sera travaillée à partir du processus « Carnet de deuil© » mis au point par la psychologue Nathalie Hanot. Lors de cet atelier, les participant·e·s seront amené·e·s à exprimer, accueillir et transformer leurs émotions de manière simple et ludique (images, mots et couleurs). Par ce travail créatif personnel (sans comparaison ni obligation de partage), sera constitué un espace entre professionnel·le·s afin de donner une place symbolique aux vécus liés aux pertes.

MÉTHODE

- La méthode utilisée est principalement participative et inductive
- Les participant·e·s sont invité·e·s à réaliser une production travaillant les concepts et leurs représentations
- Une attention sera apportée à l'apport de leur expériences, à l'écoute dans le groupe, au respect du rythme de chacun·e, ainsi qu'à l'expérimentation d'un processus créatif et évolutif.

FORMATRICES

Caroline FRANCK
Psychologue clinicienne PSPPL

Anne-Christine VOZ
Psychologue clinicienne PSPPL

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2293	Plate-Forme de concertation de soins palliatifs	Plate-Forme de concertation de soins palliatifs	Mont Saint Martin, 92 4000 Liège	18-04-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN089	Plate-Forme de concertation de soins palliatifs	1

Accompagnement des deuils, des pertes, des séparations

CIBLE

Tout personnel confronté à des situations de deuil, de perte et de séparation (exemple : centre de planning familial, aide aux jeunes, etc.)

OBJECTIFS

- Situer la place et l'impact d'un deuil, d'une perte ou d'une séparation dans la vie
- Développer sa capacité à accompagner les personnes en souffrance
- Connaître les différentes étapes du deuil et les émotions qui les accompagnent
- Se questionner par rapport aux expériences de perte : d'un travail, d'une illusion, de la santé, d'un projet, d'un lien affectif, d'un proche
- Comprendre les notions d'attachement et de séparation

CONTENU

- La définition du deuil, des deuils, des différentes étapes du deuil
- Les références théoriques spécifiques
- Le questionnement par rapport aux expériences de perte : d'un travail, d'une illusion, de la santé, d'un projet, d'un lien affectif, d'un proche
- Les pertes de tous (au fil de la vie, de la naissance à la mort), les pertes individuelles, comment les vivre ?
- Sa propre situation face à sa mort
- Les notions d'attachement et de séparation. Attachement aux êtres proches, aux objets, aux animaux, aux autres, à la vie. Que se passe-t-il quand nous subissons une perte ?
- La place de la mort dans notre société
- Les différentes étapes du deuil et les émotions qui les accompagnent : le déni, la colère, la tristesse, le soulagement, la résignation, l'acceptation, l'investissement d'un nouvel objet
- L'accompagnement des deuils des autres ; notamment, l'écoute de la personne dans sa globalité et sa propre implication

MÉTHODE

Dans cette formation, nous travaillerons à partir de l'expérience de chacun·e et de situations vécues. Un va-et-vient entre la théorie et la pratique nous aidera à concrétiser les contenus. Nous ferons des exercices et des jeux de rôle afin d'affiner la possibilité d'être à l'écoute de la souffrance de l'autre, d'identifier nos ressources, nos résistances et nos limites ainsi que de développer de l'empathie. Des travaux en sous-groupes suivis de synthèses collectives susciteront le partage, la réflexion et le débat. Nous serons amené·e·s à se questionner afin de renforcer l'appropriation des contenus.

FORMATEUR

Giacomo DIANA

Expert Excellence Opérationnelle, infirmier cadre, spécialisé en santé mentale et psychiatrie. Master en sciences du travail, professeur de psychopathologie, psychopédagogie et déontologie

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2294	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison provinciale de la formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	03-07-23 04-07-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN090	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Accompagner un enfant face aux pertes et aux deuils qu'il traverse

CIBLE

Formation tout public qui s'adresse à toute personne en lien avec les enfants : soignant·e·s, éducateur·rice·s, professeurs tout autant que les parents eux-mêmes…

OBJECTIFS

- Différencier les deuils liés aux décès ou aux diverses pertes auxquelles un·e enfant est confronté·e (déménagement, divorce des parents…)
- Donner de l'information pour comprendre la perception de la mort chez les enfants aux différents stades de son développement et adapter son accompagnement
- Comprendre l'impact d'une perte significative sur le développement de l'identité de l'enfant et ses choix scénariques
- Repérer les comportements particuliers des enfants en situation de perte (perte d'un être cher, séparation, changements de vie des parents.... frustrations) et pouvoir adopter des attitudes aidantes
- Accompagner l'expression émotionnelle des enfants endeuillés (peur, colère, tristesse, colère, honte)

CONTENU

- Comment parler de la mort avec un·e enfant et autant des divers deuils auxquels il·elle est confronté·e parfois déjà tout petit·e
- Les notions de frustrations, perte, séparation et deuil
- Les différentes pertes
- Les différentes étapes d'un processus de deuil lié à une perte quelle qu'elle soit
- Les particularités du deuil chez l'enfant
- Comment lui annoncer la maladie grave et la mort d'un être cher
- La compréhension de la mort chez l'enfant suivant les différents stades de son développement
- Les besoins spécifiques d'accompagnement de l'enfant suivant son âge
- La gestion des émotions
- Des outils pour favoriser l'expression des émotions (mandalas, dessins, collages, rituels...)
- Les conséquences de différents types de deuils sur la construction de l'identité et de la capacité de nouer des liens saints et durables
- La place de l'intervenant·e dans la prévention des deuils difficiles

MÉTHODE

- Alternance d'exposés théoriques et réflexions personnelles individuelles et en petits groupes
- Vision d'un film montrant différentes attitudes d'enfants confrontés à différents deuils
- Permettre des prises de conscience nécessaire à une bonne intégration des outils

FORMATRICE

Patricia PLASIER

Licenciée en Psychologie Clinique, approche et formation analytique. Elle a travaillé dans le cadre du traumatisme psychologique (aide aux victimes d'agression) et en milieu hospitalier (oncologie, soins palliatifs...)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2295	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	08-12-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN091	SARAH asbl	1

Evénement traumatique au travail : comment soutenir ses collègues?

CIBLE

Tout·e travailleur·euse et membre de la ligne hiérarchique

OBJECTIFS

- Transmettre aux participant·e·s les repères notionnels pour appréhender la crise qui se déclenche à la suite d'un événement traumatique et ses effets sur les personnes, les groupes et l'organisation
- Proposer aux participant·e·s des balises sur le qui doit faire quoi – en termes d'intervention, et quand – selon les phases qui se succèdent après que l'événement ait frappé
- Aider les participant·e·s à délimiter leur propre rôle dans la chaîne de l'intervention de crise selon les positions de collègue ou de membre de la ligne hiérarchique des personnes touchées
- Permettre aux participant·e·s de cibler au sein de leur organisation les besoins en termes de prévention du risque d'événement traumatique

CONTENU

- Notions de base en victimologie
  - La crise, la catastrophe et l'événement critique
  - La place de l'intentionnalité dans l'agression
  - Les victimes : les types et catégories, les réactions attendues, les besoins et leur identification, le processus de victimisation
- L'intervention psychosociale auprès de ses collègues
  - Délimitation de l'intervention psychosociale et explicitation des principes de base
  - L'accueil de crise et postures d'intervention
  - Caractéristiques de l'accueil d'une victime
  - Outils d'intervention individuelle et collective
- La communication dans une situation de crise
- L'intervenant·e : prendre soin de soi en tant qu'intervenant·e
  - Moi en tant qu'intervenant·e : comment endosser le rôle, changer de casquette et sentir ma place?
  - Identifier ses forces et ses limites selon ma place d'intervenant·e et mon rôle quotidien dans l'institution
  - Exercice de simulation et mise en pratique des outils
  - Et maintenant ? : prochaines étapes pour mettre les apprentissages à profit au sein de mon institution

MÉTHODE

Formés aux méthodes pédagogiques actives, nous utilisons les outils d'intelligence collective pour faire émerger et converger les savoirs et savoir-faire expérientiels.

FORMATRICE

Françoise LEGROS

Psychologue, psychothérapeute systémique et conseillère en prévention pour les risques psychosociaux au travail

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2296	Ressources au travail - Réseau Crisalyence	Ressources au travail - Réseau Crisalyence	rue Nanon 98 5000 Namur	21-11-23 24-11-23 27-11-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN092	Ressources au travail - Réseau Crisalyence	3

Approche, écoute et accompagnement de la personne désorientée - module de base

CIBLE

Le personnel du secteur des personnes âgées, toutes qualifications et fonctions confondues

OBJECTIFS

- Faire découvrir les différentes sortes de démences
- Interroger la pratique des participant·e·s en matière d'accompagnement de la personne désorientée
- Informer sur le rôle de l'écoute du·de la résident·e et de sa famille
- Valoriser le rôle des participant·e·s (toutes fonctions confondues) dans l'accompagnement des personnes désorientées

CONTENU

La prise en charge particulièrement complexe des personnes atteintes de démence confronte les soignant·e·s à un sentiment d'impuissance dans la communication avec elles, ainsi qu'à une impression générale d'échec et de non-sens.

L'objet de cette formation est de comprendre les différentes formes de démences et d'apprendre à repérer un canal de communication avec les personnes désorientées, afin d'éviter que des comportements inadéquats ne se développent aussi bien chez le·la résident·e qu'au niveau du personnel

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expériences.

FORMATRICES

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse
Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignantede réflexion et questionnement dans le cadre de supervisions cliniques.
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2262	CEFEM	Auberge de jeunesse	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	14-03-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN093	CEFEM	1

Approche, écoute et accompagnement de la personne désorientée - Module d'approfondissement

CIBLE

Le personnel du secteur des personnes âgées, toutes qualifications et fonctions confondues

OBJECTIFS

- Faire découvrir les différentes sortes de démences
- Informer sur les différents canaux de communication possibles avec la personne désorientée
- Mettre en évidence les comportements adéquats au travers des principes de bienfaisance et d'autonomie
- Aborder la notion d'évaluation de la douleur
- Valoriser le rôle des participant·e·s (toutes fonctions confondues) dans l'accompagnement des personnes désorientées

CONTENU

L'objet de cette formation est de comprendre les différentes formes de démences et d'apprendre à repérer un canal de communication avec les personnes désorientées, afin d'éviter que des comportements inadéquats ne se développent aussi bien chez le·la patient·e qu'au niveau du personnel
Ce module d'approfondissement abordera les questions des différents types de démences (classification et signes cliniques), les relations avec les personnes désorientées, les principes de bienfaisance et d'autonomie, la question de la douleur, la méthode de validation de Naomi Feil, l'Humanitude et la philosophie Montessori.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.

FORMATRICES

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse
Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignantede réflexion et questionnement dans le cadre de supervisions cliniques.
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2263	CEFEM	Auberge de jeunesse	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	12-09-23 19-09-23 26-09-23	3	09:00 - 15:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN094	CEFEM	3

Ecoute dans la relation soignant.e-soigné.e

CIBLE

Toute personne confrontée à la relation en tant que soignant·e ou accompagnant·e dans sa pratique professionnelle, en particulier le personnel des maisons de repos et de soins, des hôpitaux, des maisons médicales, des centres d'accueil pour personnes handicapées, des centres de soins à domicile, toutes fonctions et qualifications confondues.

OBJECTIFS

- Faire découvrir les principes théoriques de la communication dans les grandes lignes
- Interroger les participant·e·s sur leurs réactions automatiques dans l'écoute et offrir des pistes de changement/progression
- Informer sur les finalités diverses de l'écoute
- Valoriser l'importance du cadre dans la relation soignant·e/soigné·e
- Alerter sur la surcharge émotionnelle, aiguiller vers des actions à prendre

CONTENU

- Écoute : définition, rôle, implication pour celui·celle qui écoute? Qu'est-ce que ça permet pour la personne écoutée ?
- La communication : principes de base, relation, contexte, code, cadre de référence, niveaux de communication, besoins de chacun·e
- Les attitudes facilitantes et activantes dans la relation d'aide et d'écoute
- Le cadre et les conditions d'une bonne écoute, les obstacles, les pièges et désamorçages

Cette formation peut être adaptée à d'autres contextes que la vie en institution, elle s'adresse à chaque soignant·e qui souhaite prendre soin du lien avec ses bénéficiaires.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.

FORMATEUR·TRICE·S

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse

Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse

Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante

Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse

Olivier BERNARD
Médecin généraliste, responsable d'une unité hospitalière de soins palliatifs, instructeur en Pleine Conscience, superviseur

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2264	CEFEM	Auberge de jeunesse de Namur	avenue Félicien Rops 8 5000 Namur	03-02-23 10-02-23 17-02-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN095	CEFEM	3

Ecoute active

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Décoder le langage non-verbal du·de la bénéficiaire
- Se synchroniser avec le·la bénéficiaire
- Adopter une posture d'écoute
- Mobiliser différentes attitudes d'écoute (Porter) de manière à s'adapter à la situation et à son interlocuteur·trice
- Proposer une écoute active à son interlocuteur·trice

CONTENU

- Attitudes d'écoute (Porter)
- Décodage du langage non-verbal (P.Ekman)
- Synchronisation (PNL)
- Freins et Leviers à l'écoute
- La reformulation
- L'écoute active (Gordon)

MÉTHODE

Notre pédagogie croise 5 grands principes pédagogiques : l'apprenance qui remet l'apprenant·e au centre de son apprentissage et le·la responsabilise dans celui-ci ; la pédagogie active et positive qui passe par l'expérimentation et la déduction pour en identifier des principes théoriques, où l'on repart de ce que le·la participant·e fait déjà bien et connait déjà ; la ludopédagogie pour qu' apprendre reste un plaisir et non une tare et où les émotions permettrons également d'ancrer la matière ; la force du groupe où chacun·e peut être valorisé·e, encouragé·e par ses pairs et où l'échange et le partage sont au centre de la démarche ; et finalement, une approche individualisée avec la possibilité de recevoir des feedbacks personnels sur les acquis tout au long du programme.

FORMATRICE

Virginie DUMONT DE CHASSART
Competency Expert au sein de la société UPskill Sprl

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2265	UPskill	Les Cayats	rue de Monceau-Fontaine 42/1 6031 Monceau-sur-Sambre	18-04-23	1	09:00 - 17:00

Pratiquer l'écoute

CIBLE

Toute personne qui désire améliorer sa qualité d'écoute ainsi que développer les outils et techniques d'écoute active

OBJECTIFS

- Identifier les avantages et les limites de l'écoute pour repérer les conditions et nécessités d'une écoute réelle
- Apprendre quelques techniques de décodage du langage non verbal et de ressenti empathique
- Expérimenter les postures et les gestes d'une écoute efficace
- S'exercer à la reformulation : être à l'écoute de ce qui se dit
- Pratiquer l'écoute : être à l'écoute de ce qui se dit et de ce qui se vit

CONTENU

Quand l'autre pleure, s'énerve ou manifeste de l'inquiétude, il m'arrive de lui donner mon opinion, de lui dire « Tu devrais … » ou de blaguer. Or, il se peut que cette personne ait besoin d'être écoutée …

Contenu:

- Définition de l'écoute
- Décodage du langage non-verbal
- Messages risqués
- (In)congruence et (dé)synchronisation du langage corporel
- Techniques d'écoute : écoute silencieuse et habitée, reformulation et écoute active

Référents théoriques (e.a.) : Yves Blanc, Christel Petitcollin, Alfred Vanesse, Emilie Devienne, David Feldman & Jean-Paul Pes, Patrice Ras, Ilios Kotsou, Carl Rogers, Paul Ekman, Thomas Gordon, Programmation NeuroLinguistique

MÉTHODE

- Mises en situation
- Exercices en groupe ou en sous-groupes
- Apports théoriques
- Activités corporelles

FORMATEUR

Julien LECOMTE
Master en communication, Formateur à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2266	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	11-09-23 12-09-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN096	Université de Paix asbl	2

Ecouter pour comprendre l'autre et mieux le.la guider

CIBLE

Tous les secteurs d'activités qui travaillent dans la relation d'aide aux personnes

OBJECTIFS

- Etablir un rapport de confiance avec ses interlocuteur·trice·s
- Utiliser les calibrations sensorielles
- Poser les questions adéquates
- Aider à formuler un objectif
- Utiliser des outils de transformation

CONTENU

Développer une approche relationnelle positive et créer un rapport de confiance en utilisant la PNL.

- Ecouter

Les différents modes de perceptions qui sont à disposition pour découvrir la carte du monde de l'autre (Calibrations sensorielles)

- Etablir et maintenir la relation

Apprendre à se synchroniser et à installer une relation de confiance, dans le respect et le non jugement.

- Recueillir les informations

Poser les questions adéquates.
Outils de reformulation, du méta-modèle, de l'écoute empathique et active

- Guider

Apprendre à son interlocuteur·trice à cibler sa demande et à formuler un objectif pour construire un scénario de réussite

- Transformer

Accéder à de nouvelles ressources et transformer les croyances limitantes. Plusieurs outils seront proposés : l'ancrage, les sous-modalités, le swish, le recadrage

MÉTHODE

- Exposés théoriques, échanges et exercices pratiques
- Partage d'expériences et analyse de situations particulières

FORMATRICE

Sherlla OLIVEIRA
Bachelier en soins infirmiers, master en promotion et éducation pour la santé (Ulg), agrégée d'enseignement secondaire supérieur (Ulg), formatrice, conférencière, accompagnatrice pédagogique, thérapeute, prof de yoga et pilates.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2267	COCOON	Objectif Plénitude	rue des bluets 13 4100 Seraing	18-09-23 19-09-23 21-09-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN097	COCOON	3

Relation Soignant.e -Soigné.e : comment trouver la juste place pour chacun.e ?

CIBLE

Toute personne souhaitant comprendre ce qui se joue psychologiquement dans le cadre de la relation entre les soignant·e·s et les soigné·e·s ou les résident·e·s ainsi que leurs proches et prévenir les débordements affectifs ou relationnels et les conséquences somatiques ou neurologiques

OBJECTIFS

- Acquérir les attitudes facilitantes et activantes pour une relation de qualité
- Préparer un dialogue constructif avec les malades et leurs familles
- Surmonter les obstacles à l'écoute dans la communication avec les malades et leurs familles
- Etablir une stratégie et déterminer les limites dans l'écoute du·de la soignant·e face à des comportements difficiles à gérer (anxiété, dépression, révolte, agressivité…)
- Mettre en évidence les effets bénéfiques d'une bonne écoute sur la qualité de la personne soignée (cohérence, protection, déontologie, objectifs, missions…)

CONTENU

- Définir les concepts tels que : relation, écoute, deuil…
- Entendre efficacement et dans le confort le vécu des personnes malades et des familles
- Appliquer l'écoute active et reconnaître sa place dans la relation soignant·e/soigné·e
- Connaître les différents filtres et les principales techniques

MÉTHODE

- Apports théoriques et présentation de cas
- Discussion
- Mises en situation
- Recherche commune de nouvelles propositions

FORMATRICE

Patricia PLASIER

Licenciée en Psychologie Clinique, approche et formation analytique. Elle a travaillé dans le cadre du traumatisme psychologique (aide aux victimes d'agression) et en milieu hospitalier (Oncologie, Soins Palliatifs, Gériatrie). Depuis plus de 15 ans, elle forme à l'accompagnement de personnes malades et leurs proches, l'analyse des pertes liées au vieillissement, l'agressivité de la personne souffrante et/ou âgée, la relation Soignant·e - Soigné·e, le traumatisme psychologique et la victimisation.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2268	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	17-02-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN098	SARAH asbl	1

Améliorer ma conduite d'entretien individuel

CIBLE

Toute personne amenée à devoir effectuer des entretiens individuels dans le cadre du travail d'accompagnement social, médico-social, d'insertion socio-professionnelle ou tout autre secteur. Les participant·e·s doivent être volontaires.

OBJECTIFS

- Développer les pratiques clés de conduite d'entretien individuel
- Apprendre à entendre dans l'urgence tout en agissant avec «prudence» et prise de recul
- Synthétiser les informations en vue de communiquer les éléments essentiels dans le respect du secret professionnel
- Partager les informations issues de l'entretien, avec déontologie et éthique
- Analyser après coup ce qui a été porteur ou ce qui a fait obstacle

CONTENU

- Développer les pratiques clés de l'entretien individuel
  - Rôle et mandat de l'accompagnant·e
  - Objectifs de l'entretien
  - Définition du cadre (temps, lieu, procédures, règles de confidentialité) : « passer le contrat de communication »
- Apprendre à entendre dans l'urgence tout en agissant avec «prudence» et prise de recul
  - L'observation, le non-verbal, la congruence entre le « verbal » et le « non-verbal »
  - L'écoute (en se centrant sur l'écouté·e, en se centrant sur la résonance que les paroles ou les attitudes de l'écouté·e ont sur l'écoutant et inversement)
- S'exercer à synthétiser les informations en vue de communiquer les éléments essentiels dans le respect du secret professionnel
  - Informations précieuses à recueillir et utiles à compréhension de la problématique, afin de mieux savoir comment les événements s'inscrivent dans la vie de la personne, comment certaines difficultés sont apparues, comment elles se sont développées et quelles sont les motivations des personnes concernées

MÉTHODE

- De la mise en pratique est effectuée sur base de situations réellement réelles vécues par les participant·e·s afin d'entraîner les habiletés cognitives et métacognitives au-delà des connaissances partagées. Les tâches en séances sont autant que possible intégratrices permettant aux participant·e·s d'exercer certaines compétences simultanément.
- L'action collective par la résolution de problèmes et la réalisation de tâches comme méthode d'animation est privilégiée permettant de se différencier de l'application pure et simple de connaissances.

FORMATEUR

Pascal GRAULUS

Psychologue, formateur-intervenant-dynamicien de groupes (CDGAI), psychothérapeute, formé au psychodrame (CERP), superviseur agréé CDGAI.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2269	Centre de dynamique des groupes et d'analyse institutionnelle	CDGAI	rue Bois Saint-Jean, 9 4102 Seraing	17-04-23 18-04-23	2	09:30 - 16:30

De la maltraitance à la bientraitance

CIBLE

Tou·te·s les professionnel·le·s de l'accompagnement des personnes âgées en institution ou à domicile

OBJECTIFS

- Connaître la maltraitance, en définir les limites : où elle commence, où elle s'arrête
- Différencier la bientraitance de l'absence de maltraitance
- Développer des savoir-faire et savoir-être bientraitants envers les personnes accompagnées et envers soi-même

CONTENU

- Comprendre la maltraitance :
  - Le phénomène, ses définitions et acteur·rice·s
  - Les facteurs de risque
  - La maltraitance en institution
- Lutter contre la maltraitance :
  - Une rosace de valeurs pour la bientraitance
  - Des pratiques associées
  - Ancrage dans mes pratiques professionnelles

MÉTHODE

Travail de groupe, témoignages audios, vignettes cliniques, mises en situation, échanges et structuration + mise en lumière par des apports théoriques.

FORMATRICE

Caroline GUFFENS

Un profil complet constitué d'un solide cursus de formations initiale et continue (droit, sciences du travail, direction de maison de repos, éthique, gérontologie) et de plus de 20 ans d'expérience professionnelle en direction de maison de repos, recherche, formation, accompagnement au changement (Tubbe). Ceci lui permet de donner des formations ancrées dans des connaissances théoriques et concrètes et tout particulièrement celle-ci qui fait partie des toutes premières développées par Le Bien Vieillir.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2297	le Bien Vieillir Asbl	le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	07-02-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN099	le Bien Vieillir Asbl	1

La déclaration anticipée et la demande d'euthanasie

CIBLE

Le personnel des secteurs du handicap et de la gériatrie en institutions ou à domicile amenés à accompagner des personnes susceptibles de faire ces demandes

OBJECTIFS

- Connaitre la législation sur le droit des patients
- Comment faire une approche personnalisée : déclaration anticipée et projet personnalisé
- Comment entendre et accompagner une demande d'euthanasie
- Connaître la législation sur l'euthanasie
- Prendre du recul par rapport à son vécu face à de telles demandes

CONTENU

Définitions et philosophie des soins palliatifs, distinction avec acharnement thérapeutique, abandon thérapeutique, soins curatifs, euthanasie, phase terminale

- Législation sur la déclaration anticipée
- Législation sur l'euthanasie
- Processus au départ d'une demande
- Notion d'écoute active
- Rôle de l'intervenant·e

MÉTHODE

Basés sur le vécu, attentes et connaissances du groupe, méthodes et ateliers de pédagogies actives pour favoriser les échanges et la motivation à la formation continue

FORMATRICE

Odile GOESAERT

Ergothérapeute et référente pour la démence. Exerce en maison de repos et de soin. Formée en massothérapie et sophrologie. Formée en soins palliatifs et qualité de vie.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2298	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	20-04-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN100	Formations Repère	1

Ethique : quelles décisions en fin de vie (Euthanasie ? Acharnement ? Soins palliatifs?...)

CIBLE

La formation est prévue pour les soignant·e·s et volontaires en contact avec des patient·e·s en fin de vie. Elle s'adresse autant à des groupes homogènes qu'à des équipes pluridisciplinaires.

OBJECTIFS

- Donner des outils pour identifier les problèmes éthiques, les distinguer de tout ce qui est déjà encadré par les lois (par ex. les niveaux de responsabilité)
- Connaître les cadres législatifs encadrant la fin de vie
- Découvrir où aller chercher les informations utiles ou indispensables à la prise de décision
- Expliquer quelles sont les multiples prises de décision possibles, les nommer correctement et définir quel est déjà leur niveau d'encadrement. Celui-ci laisse-t-il une marge de manœuvre ou pas ?
- Utiliser, en cas de situation « éthique », un outil d'aide à la prise de décision

CONTENU

- Définir : loi, droit, déontologie, morale, éthique…, niveau national ou international
- Présenter un outil d'identification d'un problème éthique (niveaux de responsabilité)
- Analyse des cadres législatifs et autres en Belgique (loi des droits des patients, sur les Soins Palliatifs, l'euthanasie, conventions internationales, avis du comité Consultatif de Bioéthique) et leurs relations avec la fin de vie
- Analyse des cadres disponibles pour que le·la patient·e puisse s'exprimer : déclaration anticipées, PSPA, procuration de soins
- Définir l'éthique clinique, les valeurs éthiques, la difficulté de respecter plusieurs valeurs au sein d'une même situation
- Identifier les décisions correctes ou erronées que des soignant·e·s, seul·e·s, en équipe ou avec la famille, sont susceptibles de rencontrer dans leur profession
- Présentation d'un outil d'aide à la décision éthique

MÉTHODE

- Respect de la confidentialité pour que chacun·e s'exprime en confiance
- Théorie construite avec les participant·e·s ; leurs expériences personnelles, professionnelles.
- Apports théoriques sont illustrés
- Possibilité de poser des questions et évoquer son expérience. Echange d'expériences
- Les limites de chacun·e sont questionnées : quelle sont « mes » responsabilités ?
- Vidéos illustrant des cadres législatifs récents et des outils
- Exercices pratiques, analyses de cas

FORMATRICE

Véronique LANDOLT
Kinésithérapeute spécialisée en soins palliatifs et oncologie

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2299	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	19-09-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN101	SARAH asbl	1

Les réseaux sociaux au boulot, bienfaits et /ou dérives ?

CIBLE

Tout public intéressé par la thématique

OBJECTIFS

- Conscientiser les équipes au cadre légal du droit à l'image et la protection de la vie privée
- Sensibiliser à l'utilisation des réseaux sociaux dans la vie privée et dans la vie professionnelle
- Conscientiser sur les risques et conséquences d'une mauvaise utilisation des réseaux sociaux , les dérives et les effets néfastes tant dans le milieu professionnelle que dans la vie privée

CONTENU

- Le droit à l'image et protection de la vie privée pour tout le monde
- Le secret professionnel et secret partagé
- La limite des propos ou frontière entre vie privée et vie non privée
- Que dit la loi sur la limite entre vie privée et vie professionnelle ? Puis-je tout dire/montrer en privé ?
- Quels sont les risques pris si absence de prudence dans les propos dits /images diffusées ?
- L'influence du RGPD ?
- Mes comportements enrichissent des bases de données.
- La toile = sécurisée ou pas ?
- Les objets connectés ou la meilleure façon de localiser / surveiller / d'aller chercher la preuve
- Devoirs et responsabilités du personnel et de la direction.

MÉTHODE

Basés sur la présence des réseaux sociaux sur le terrain, méthodes et ateliers de pédagogies actives pour favoriser la conscientisation, les échanges et la motivation à la formation continue.

FORMATEUR

Laurent DROUSIE

Licencié en droit social et commercial. Formateur dans le non marchand et auprès d'adultes en formation d'aides-soignant·e·s

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2300	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	10-02-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN102	Formations Repère	1

Lutter contre le harcèlement entre bénéficiaires : prévenir et intervenir

CIBLE

Animateur·trice, éducateur·trice ou autre intervenant·e travaillant avec un groupe de personnes

OBJECTIFS

- Découvrir les différentes formes de harcèlement, leurs caractéristiques, les conséquences qu'elles impliquent sur les acteur·rice·s (harceleur·euse·s, témoins, victimes) et leurs prévalences.
- Découvrir des pistes de prévention, d'intervention et d'aide pour les différentes personnes concernées. Expérimenter certaines techniques
- Apprendre à reconnaître les indicateurs liés à ces phénomènes
- Analyser la pertinence de ces pistes en fonction des réalités de terrain et des cas rencontrés
- Envisager les démarches à mettre œuvre (y compris au niveau collectif)

CONTENU

- Définition, formes, mécanismes, facteurs de risque, conséquences du harcèlement
- La prévention : animation « Chahut », régulation des espaces de vie et de parole
- Les interventions individuelles (faciliter la défense verbale/numérique) et au sein du groupe (jeu théâtral des « 3 figures », entretiens), les collaborations
- Application : scénario, jeu théâtral, gestion du groupe de parole et élaboration d'un projet harcèlement

MÉTHODE

Brainstorming, vidéos, illustrations, travaux de groupe, jeu théâtral, discussions

FORMATRICE

Carine ROUHART
Licence en logopédie - Master en sciences du travail, formatrice

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2271	COCOON	COCOON	ruelle Renard 11 4030 Liège	13-04-23 25-05-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN103	COCOON asbl	2

Faire face à la manipulation

CIBLE

Toute personne souhaitant sortir des relations négatives de manipulation

OBJECTIFS

- Découvrir les stratégies propres à la manipulation et leurs enjeux
- Repérer les indicateurs verbaux et non verbaux de la manipulation
- Pratiquer des techniques de contre-manipulation

CONTENU

Nous avons tous et toutes manipulé pour convaincre, pour séduire, pour aller voir LE dernier film de Spielberg ou pour obtenir un délai supplémentaire dans la remise d'un rapport. Malheureusement, lorsque je suis manipulé·e, la confiance que j'ai en l'autre risque d'être mise à mal. Dès lors, comment puis-je détecter, mais surout déjouer la manipulation afin de rendre la communication plus authentique ?

Contenu :

- Notion de manipulation et de manipulateur·trice
- Indices non verbaux du mensonge, de la dissimulation d'émotions, de l'incongruence…
- Manipulation dans le discours verbal : demandes détournées, déformation des faits, culpabilisation, victimisation, utilisation d'arguments fallacieux…
- Techniques de contre-manipulation : dévoiler la manipulation, dire « non », renvoyer la critique à l'autre, faire de l'humour…

Référents théoriques (e.a.) : Neurosciences, Isabelle Nazare-Aga, Paul Ekman, Dominique Chalvin, Andreas Edmüller, Thomas Wilhelm, Bernard Raquin, Marc Kucharz, Anne Guibert, Muriel Jouas, David Lieberman

MÉTHODE

- Partage de situations problématiques vécues
- Analyse d'extraits vidéo
- Apports théoriques
- Mises en situation et jeux de rôle
- Liens entre expérimentation et contenus théoriques

FORMATRICE

Solenne THIRY

Assistante sociale, formée à l'intervention systémique et familiale, accompagnatrice en ISP au sein d'un CEFA, animatrice enfant et adolescent·e, conférencière, superviseuse d'équipe, formatrice, collaboratrice de l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2272	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	25-05-23 26-05-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN104	Université de Paix asbl	2

Harcèlement entre jeunes : comprendre, identifier, agir

CIBLE

Tout·e professionnel·le ayant affaire à un ou plusieurs adolescent·e·s : éducateur·trice, animateur·trice, psychologue, médiateur·trice, assistant·e social, infirmier·ère...

OBJECTIFS

- Se construire une représentation du phénomène de harcèlement en le distinguant des autres formes de violences
- Distinguer les différents types de prévention notamment pour éviter l'effet inverse de certaines actions menées pour prévenir les faits de harcèlement
- Expérimenter des outils de prévention du harcèlement et autres formes de discriminations entre pairs
- Identifier et expérimenter des actions pour intervenir dans les situations de harcèlement

CONTENU

Les apports théoriques de la formation viseront à outiller les participant·e·s pour mieux comprendre le harcèlement entre ados, ses conséquences, sa dynamique particulière en tant que phénomène de groupe. La question de l'identification du phénomène par rapport à d'autres formes de violence sera aussi étudiée. L'accent sera mis par ailleurs sur les différents types d'actions de prévention pour tous les membres du groupe, toujours dans une perspective globale qui consiste d'abord à rechercher et à agir pour favoriser le bien-être de chacun·e.

Les activités et exercices pratiques seront axés dans un premier temps sur le climat du groupe et de l'institution (bien-être, confiance et coopération). Dans un deuxième temps, l'accent sera mis sur des activités de sensibilisation spécifique au harcèlement et à différentes formes de discrimination. Enfin, le troisième aspect de la pratique portera sur des techniques d'intervention : la méthode du groupe d'entraide.

Référents théoriques (e.a.) : Dan Olweus, Éric Debarbieux, Nicole Catheline, Jean-Pierre Bellon, Bertrand Gardette, Benoit Galand, Georges Robinson & Barbara Maines, Christina Salmivalli, G. Deboutte

MÉTHODE

- Approche expérientielle pour les outils et techniques de prévention et d'intervention
- Apports théoriques
- Supports et techniques variés : activités ludiques, corporelles, supports « médias », questionnaires…
- Exercices pratiques pour tester et intégrer les techniques d'entretien individuel ou en groupe

FORMATEUR·TRICE

Frédéric DUPONCHEEL
Éducateur spécialisé, Formateur à l'Université de Paix

Catherine LEBRUN
Infirmière en santé communautaire en PMS, animatrice d'ateliers bien-être pour enfants, formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2273	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	18-09-23 19-09-23 05-10-23 06-10-23	4	09:30 - 16:30

Réflexions autour de la contention

CIBLE

Toute personne du secteur des personnes âgées/handicapées qui se sent concernée par la question de la contention. Indépendamment de la fonction ou du niveau d'études (toute en restant dans la définition des groupes à risque). Étant donné qu'elle s'appuie principalement sur le partage d'expérience et la co-construction de savoirs, le niveau « technique » sera adapté au profil des participant·e·s.

OBJECTIFS

- Découvrir les lois et normes en matière de contention
- Définir les diverses situations concernées par la contention
- Interroger la pratique et les connaissances des participant·e·s en matière de contention
- Informer sur la prévention, les risques et les conséquences de la contention
- Valoriser le rôle des participant·e·s (toutes fonctions confondues) et l'importance de la pluridisciplinarité dans la réflexion, la prévention, la surveillance et l'accompagnement de la contention

CONTENU

La contention est un acte difficile à poser. Elle ne doit pas être banalisée et les nombreux gestes de « routine » qui s'y rapportent, reconnus comme tels. Une utilisation raisonnée et éthique est indispensable. Sa mise en place doit être discutée en fonction du risque réel, excluant le réflexe sécuritaire. Aucun moyen technique ne devant remplacer la « veillance » du·de la résident·e.
Seront travaillés en formation, entre autres : la mise en lumière des différentes contentions possibles, l'aperçu légal, l'arbre décisionnel à discuter en équipe, la question du consentement, du projet de soins, les risques, les questions éthiques que cela soulève et la place du·de la soignant·e.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse, le fil conducteur de la pratique de Lydia est l'accompagnement et le soutien de la personne âgée, notamment désorientée mais pas exclusivement, et de ses aidant·e·s, naturel·le·s ou professionnel·le·s.

Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse. Son intervention se focalise vers les équipes de soins de bénéficiaires vulnérables (personnes âgées, handicapées, en fin de vie, exclues).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2274	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	14-04-23 21-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN105	CEFEM	2

Formation pour une contention appropriée

Entre déontologie et éthique, comment garantir la place du.de la patient.e âgé.e et de ses proches dans la décision

CIBLE

Infirmier·ère·s, aide-soignant·e·s et médecins … travaillant avec des personnes âgées

OBJECTIFS

- Identifier les origines du stress, le mécanisme de réponse automatique agressif et identifier les émotions véhiculées
- Aborder le processus de décision dans un contexte éthique, pluridisciplinaire et identifier la place de la famille dans le processus de mise et/ou retrait de la contention
- Connaître les indications de la contention, ses contraintes législatives
- Développer ses compétences de communication avec le patient avec l'utilisation de différents outils
- Développer ses connaissance sur les alternatives à la contention

CONTENU

- Introduction – Agressivité
- La contention
- La prise en charge pluridisciplinaire
- Les troubles du comportement, troubles cognitifs
- La communication
- Les alternatives à la contention
- Cas clinique et débat éthique, analyse de cas, mise en situation

MÉTHODE

L'approche se veut inductive. Nous partirons de vos expériences, de vos questionnements. Des cas cliniques/mises en situation/jeux de rôle vous seront proposés. Le contenu sera abordé grâce à ces exercices. Des vidéos, des vignettes ponctueront la formation. De nombreux moments réflexifs seront prévus. Vous serez amené·e·s à questionner, se questionner, observer, s'observer pour identifier les pratiques adaptées à la situation.

FORMATEUR

David LEDUC

Formateur/professeur Province de Liège (IPES + IPEPS) : secteur soins infirmiers, soins infirmiers aux aides soignant·e·s (CECOTEPE).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2275	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	04-10-23 11-10-23 18-10-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN106	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	3

Faire face à l'agressivité

CIBLE

- Professionnel·le travaillant en face-à-face avec les bénéficiaires, le public
- Cadre, manager, responsable d'équipe... souhaitant aider leurs collaborateur·trice·s à faire face à l'agressivité de bénéficiaires

OBJECTIFS

- Détecter l'agressivité en soi et chez l'interlocuteur·trice
- Faire face à l'agressivité

CONTENU

Une agression verbale peut être aussi blessante qu'un coup.
Comment agir de manière efficace et se protéger tout en évitant l'escalade ?

Contenu :

- Différencier colère, agressivité et agression
- Prévenir l'escalade symétrique
- Adopter une posture de contact et protection
- Valider l'agressivité
- Questionner la colère
- Refuser l'agression
- Décontenancer

Référents théoriques (e.a.) : Neurosciences, Christophe André, Barbara Berckhan, Dominique Chalvin, Irène Zeilinger, François Lelord.

MÉTHODE

- Réflexion personnelle
- Alternance entre théorie et mises en situation
- Exercices en sous-groupes et en groupe
- Exercices corporels

FORMATRICE

Solenne THIRY

Assistante sociale, formée à l'intervention systémique et familiale, accompagnatrice en ISP au sein d'un CEFA, animatrice enfants et adolescents·e·s, conférencière, superviseuse d'équipe, formatrice, collaboratrice de l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2282	Université de Paix asbl	Centre l'Ilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	27-04-23 28-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN107	Université de Paix asbl	2

De l'agressivité à l'assertivité pour éviter les conflits

CIBLE

- Toute personne qui souhaite mieux comprendre comment sans intention négative, une situation ou un comportement apparemment banal peut amener à un comportement agressif.
- Toute personne souhaitant déjouer l'agressivité et orienter l'échange vers une relation positive et collaborative.

OBJECTIFS

- Comprendre l'agressivité
- Analyser l'impact des différentes attitudes sur les relations
- Déjouer l'agressivité et l'orienter vers une relation positive
- Changer son mode de communication
- Créer des relations positives

CONTENU

- Les comportements agressifs qui construisent la personnalité
- Identifier sa propre réaction face aux stimuli externes de type agressif
- Outils et techniques de systémique, et autres, pour faire face à l'agressivité
- Comprendre l'importance des émotions et des besoins non assouvis
- Aider les participant·e·s à identifier leur style relationnel
- Repérer les attitudes de passivité, d'agressivité, de manipulation et d'assertivité
- Répondre sereinement aux critiques, oser demander et apprendre à dire « non »
- Apprendre de nouvelles manières de communiquer

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Partage de vécus
- Mise en situation
- Exercices de groupe

FORMATRICE

Sylvie FLAHAUT

Psychothérapeute, hypnothérapeute et coach. Depuis toujours passionnée par l'humain elle accompagne les personnes vers un mieux-être, une découverte de soi, l'écoute de soi et une relation aux autres harmonieuse. Formée à la PNL, l'Analyse transactionnelle, l'Hypnose, la Communication Non Violente, la gestion du stress et des émotions et les neurosciences, elle a créé sa propre école de formation de coachs professionnels et réalise des formations pour les entreprises, institutions comme les CPAS et les organismes comme l'ONE. Elle travaille sur les savoir-être des personnes et des équipes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2277	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	03-02-23 10-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN108	SARAH asbl	2

Gestion de l'agressivité et du conflit

CIBLE

Toute personne qui se sent concernée par la thématique, que l'agressivité se situe au niveau de l'équipe ou dans la relation avec les résident·e·s, les bénéficiaires (désorienté·e·s ou pas) et/ou leurs familles. Indépendamment de la fonction ou du niveau d'études (tout en restant dans la définition des groupes à risque). Étant donné qu'elle s'appuie principalement sur le partage d'expérience et la co-construction de savoirs, le niveau « technique » sera adapté au profil des participant·e·s.

OBJECTIFS

- Découvrir les origines de l'agressivité et de nos réactions automatiques
- Interroger les participant·e·s sur leur rapport à l'agressivité, en particulier dans leur pratique professionnelle
- Informer sur les liens entre la gestion des émotions, la communication et la résolution des conflits
- Expérimenter des outils de gestion de conflit, outils pour désamorcer l'agressivité à sa source

CONTENU

L'agressivité est abordée ici sous l'angle relationnel et centrée sur l'agressivité dans toutes les relations de travail, que ce soit avec les bénéficiaires, leur entourage mais également entre collègues.

Cette formation amène les participant·e·s à mieux comprendre les émotions qui peuvent émerger lors d'un conflit, à en analyser la nature, à en repérer les origines, pour permettre une approche non violente de ceux-ci.

La formatrice veillera à fournir des outils adaptés au vécu des participant·e·s ainsi que des pistes « pour aller plus loin… » dans leur réflexion.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active, participative et « processus de changement ».
Les concepts théoriques abordés sont appuyés par des exercices de mise en situation, de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Sylvie JAMAR
Formatrice, médiatrice agréée dans les matières civiles, commerciales et sociales

Anne-Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en milieu hospitalier (soins palliatifs et oncologie), formée en soins palliatifs et qualité de vie, en communication non violente

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2278	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	07-02-23 14-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN109	CEFEM	2

Assertivité et répartie face aux moqueries

CIBLE

- Professionnel·le·s de la jeunesse s'occupant de jeunes de 10 à 15 ans : éducateur·trice·s, animateur·trice·s, travailleur·euse·s sociaux·ales…
- Jeunes travailleur·euse·s du secteur démarrant leur carrière
- Professionnel·le·s de la santé : infirmier·ère·s, psychologues...

OBJECTIFS

- Comprendre l'enjeu des insultes, surnoms et moqueries
- S'ancrer et prendre du reculPoser ses limites de façon adaptée
- Expérimenter une palette de réactions différentes et prendre conscience de leurs conséquences
- Pouvoir s'affirmer et gagner en assurance

CONTENU

Insultes, surnoms, moqueries font partie du quotidien des groupes de jeunes.
Comment y réagir en tant qu'adulte ?
Comment travailler avec les jeunes ces normes de comportement et leurs répercussions sur chacun·e ?
Comment apprendre aux jeunes à y faire face lorsqu'ils sont ciblés ?

Contenu

- Distinction entre humour et moquerie ?
- Normes de groupe et pression à la conformité
- Ancrage corporel : posture et respiration
- Écoute : pouvoir entendre l'émotion de l'autre et ce qui suscite cette émotion
- Assertivité : expression claire des demandes et des limites
- Répartie : techniques d'improvisation

MÉTHODE

Approche expérientielle :

- Activités concrètes, exercices corporels, entraînement verbal…
- Mises en situation et improvisation
- Apports théoriques
- Partage et échange d'expériences

FORMATRICES

Nathalie DEFOSSE
Licenciée en droit, Formatrice à l'Université de Paix

Pascaline GOSUIN
Licenciée en Arts dramatiques, Comédienne, Hippothérapeute, Formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2279	Université de Paix asbl	Centre Lilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	21-03-23 23-03-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN110	Université de Paix asbl	2

Gestion des agressions verbales et physiques avec les personnes en situation de handicap

CIBLE

Personnel de services pour personnes en situation de handicap confronté dans son accompagnement à de l'agressivité verbale et/ou physique

OBJECTIFS

- Être capable de reconnaître un comportement agressif et le comprendre
- Améliorer la maîtrise de sa propre agressivité
- Être capable de prévenir l'agressivité
- Développer des attitudes constructives

CONTENU

- Définitions
- Le comportement = un symptôme
- Les comportements défi
- Comment maintenir les limites et le cadre sans être trop confrontant ?
- Les différentes phases de la gestion du comportement
- La sécurité
- Intervenir : prévention, apprentissage, réaction
- Soutenir les professionnel·le·s

MÉTHODE

- Apports théoriques
- Exercices basés sur l'expérience du groupe
- Situations amenées par la formatrice et le groupe

FORMATRICE

Séverine DESMARETS

Psychologue, coach et formatrice. Titulaire d'un certificat interuniversitaire sur le Double Diagnostic
Expérimentée en management dans les secteurs du handicap et les institutions de soins

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2280	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	21-03-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN111	Formations Repère	1

Comment gérer l'agressivité pour mieux gérer les tensions et les conflits ?

CIBLE

Toute personne rencontrant des situations de tensions et d'agressivité sur son lieu de travail

OBJECTIFS

- Connaître les différents types de conflits
- Être capable d'identifier les signes avant-coureurs d'un conflit
- Être capable d'identifier les comportements agressifs
- Adopter l'attitude juste face à un comportement agressif
- Gérer ses émotions et ses frustrations pour communiquer plus sereinement et plus efficacement

CONTENU

- Connaître les différents types de conflits
- Mon attitude « préférée » dans les conflits
- Être capable d'identifier les signes avant-coureurs d'un conflit
- Disposer d'outils pour désamorcer un conflit
- Être capable d'identifier les comportements agressifs
- Adopter l'attitude juste face à un comportement agressif
- Savoir quand/si intervenir dans un conflit dans lequel on n'est pas impliqué·e
- Gérer ses émotions et ses frustrations pour communiquer plus sereinement et plus efficacement
- Comprendre la logique de l'agressivité, savoir d'où elle vient et à quoi elle sert
- Connaître les mécanismes afin de diminuer le stress face à l'agressivité et la violence
- Resituer l'agressivité et les conflits dans le contexte professionnel
- S'approprier les techniques de communications pour les appliquer dans les situations conflictuelles et désamorcer l'agressivité
- Prévenir et agir face à l'agressivité défensive, la mauvaise foi, la menace, au chantage…

MÉTHODE

Dans nos formations, nous utilisons des méthodes adaptées à la pédagogie des adultes :

- utiliser et analyser leurs situations professionnelles
- transformer leur expérience « implicite » en processus « explicite »au regard de notre théorie et de nos modèles
- leur permettre d'expérimenter par des exercices et par des jeux de rôles ou des mises en situations
- favoriser l'interactivité et les aspects ludiques (dynamique et participatif)
- ancrer l'apprentissage par un aller-retour entre la théorie et la pratique

FORMATRICE

Nathalie FERNANDEZ

Psychologue , coach et conseillère bilan de compétences. Intervenante auprès de l'ASBL PSDD, elle accompagne des projets pour l'Aviq

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2281	PSDD asbl	Centrale de l'Emploi de la Ville de Bruxelles	boulevard d'Anvers 26 1000 Bruxelles	18-04-23 25-04-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN192	Formations Repère	2

Gestion de l'agressivité et de la violence émanant du public

Boîte à outils pour faire face à la violence avec bienveillance et assurance

CIBLE

Toutes fonctions liées à l'accueil du public ou à l'accompagnant de bénéficiaires, à l'exception de celles liées à l'accompagnement des troubles psychiatriques et au handicap mental

OBJECTIFS

- Apprendre à réguler sa propre intensité émotionnelle en situation d'agressivité verbale chez autrui
- Améliorer le contrôle de soi et ses propres tendances agressives
- Identifier les comportements à adopter pour y faire face
- Contribuer à réduire/prévenir les différentes formes d'agressivité chez son public
- Identifier de nouvelles pistes d'attitudes et d'actions à mener pour faire face à l'agressivité verbale exprimée par autrui et éviter la mise en place d'une relation conflictuelle

CONTENU

- Les formes d'agressivité et les différences avec la violence relationnelle
- Les signes précurseurs de l'agressivité
- Les réactions spontanées face à l'agressivité et attitudes qui favorisent l'escalade symétrique
- Techniques verbales et non verbales pour pacifier la relation en cas de crise ou d'agressivité
- Sensibilisation aux différentes postures à adopter face à l'agressivité, en variant les différents canaux de communication (corps, regard, voix)
- Comportements à adopter afin de sortir d'une relation de violence et du triangle dramatique (victime, persécuteur, sauveur)
- Les émotions : leur utilité et leur fonction, la régulation émotionnelle, la gestion du stress
- Concepts clés de la communication non violente

MÉTHODE

Pédagogie participative et interactive. Mise en pratique de la théorie. Exposés théoriques, mises en situation et illustrations (vidéo, métaphores…)

FORMATEUR

Psychopédagogue et hypnothérapeute. 20 ans d'expérience comme éducateur spécialisé et directeur dans l'aide à la jeunesse. Longue pratique en gestion de conflit. Expérience de Recherche action sur l'empathie.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2283	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	26-05-23 02-06-23 09-06-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN112	CEFORM	3

Faire face à l'agressivité verbale et physique des bénéficiaires et du public

CIBLE

Le secteur des relations avec le public bénéficiaire, toutes fonctions, les éducateur·trice·s en hébergement, les responsables de services, les aides soignant·e·s, familiales, infirmier·ère·s, l'accueil….

OBJECTIFS

- Approcher les mécanismes physiques et émotionnels qui interagissent en situation d'agression verbale ou physique : le système limbique, l'hypophyse, les hormones… et leurs effets sur la situation
- Attitudes appropriées pour résoudre des conflits : intervenir de manière réfléchie lors d'une situation de crise
- Réduire l'agressivité en adaptant nos gestes et nos paroles à la situation
- Gérer au mieux ses actions lors de situations difficiles, quand la crise explose agir efficacement, se protéger et protéger ceux·elles qui nous sont confié·e·s
- Analyser des situations conflictuelles, en décoder les différentes dimensions et tenter d'éviter l'escalade et les risques qui pourraient en découler

CONTENU

- Identifier les étapes d'une phase d'agressivité. Eclaircir ce qui se passe dans notre cerveau, l'impact des émotions. Découvrir des outils pour mieux gérer. Communiquer en situation d'agressivité. Faire face aux critiques injustifiées.
- Comprendre ses réactions personnelles en conflit
- Trucs lors d'agressivité dans ces deux modèles : je suis agressé·e ou spectateur·trice et que je dois intervenir
- Analyse d'une situation conflictuelle
- Réparer après l'acte, comment?

MÉTHODE

Alternance de théories, d'échanges et de pratique. Mises en situations concrètes à partir des expériences des participant·e·s. Partage d'expériences. Exercices concrets. Analyse d'une situation. Techniques de défense et d'interventions.

FORMATEUR·TRICE

Jacques DEBATTY
8ème Dan de karaté; auteur du livre «Oser les conflits» et «Entreprendre la violence à l'école», formateur depuis 30 ans sur ce thème

Christiane FRANCOIS
Formatrice depuis 23 ans sur ce thème.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2284	COCOON asbl	COCOON asbl	ruelle Renard 11 4030 Liège	14-09-23 15-09-23 06-10-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN113	COCOON asbl	3

Gestion de l'agressivité

CIBLE

Tout public du secteur non marchand

OBJECTIFS

- Différencier les formes agressives pouvant s'exprimer sur le lieu de travail
- Identifier et entrainer les attitudes assertives requises pour désamorcer le conflit

CONTENU

- Identifier et comprendre les différentes expressions agressives des bénéficiaires
- Apprendre à développer un sentiment de sécurité
- Prévenir et gérer les situations de crise et les conflits
- Développer l'assertivité et les compétences à poser des limites claires
- Apprendre à réguler ses émotions et gérer ses frustrations

MÉTHODE

La méthode utilisée est pratico-pratique : analyse des situations concrètes, expériences des participant·e·s, questionnements, mises en situation... Nous partirons de vos expériences, de vos questions pour aborder le contenu de cette formation. L'objectif est de repartir de la formation avec des outils concrets applicables directement.

FORMATRICE

Christelle LEYS

Master en psychologie du Travail et des Organisations, accompagnement individuel et collectif, coach. Formatrice CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2285	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	20-09-23 21-09-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN114	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Gestion de la violence verbale

CIBLE

Tout public. Pas de prérequis

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes de la violence
- Adapter les outils à mettre en œuvre
- Prévenir la violence verbale en adaptant ses comportements

CONTENU

- Sensibiliser les participant·e·s aux différentes attitudes à adopter en cas d'agressivité
- Détecter les différentes violences auxquelles le·la travailleur·euse peut être confronté·e et acquérir les réactions adaptée
- Qu'est-ce que l'agressivité et la violence verbale
- Différence entre colère et violence
- Principaux types d'agressivité
- Cadre de référence de l'agresseur·euse et de l'agressé·e
- Décoder ses réactions émotionnelles
- Comment réagir afin d'éviter l'escalade ?
- Que faire si, malgré tout, l'escalade continue ?

MÉTHODE

- Une approche qui part du·de la participant·e, seul interlocuteur·trice présent·e, de son expérience et de son vécu
- Une approche par des activités de découverte, de jeux, de rôles amènent le·la participant·e à prendre conscience des phénomènes de la violence et à se positionner afin de bien mettre en œuvre les outils que nous mettrons en évidence
- Cette formation se veut une boîte à outils afin que le·la participant·e puisse transposer au mieux faces aux cas qu'il·elle rencontrera et au contexte dans lequel il·elle se trouvera.

FORMATEUR

Luc TIMMERS

Personne ressource pendant plus de 10 ans en parallèle de la formation des personnes de confiance dans le cadre initial de la loi sur le harcèlement. Médiateur, coach, formateur CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2286	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	05-10-23 12-10-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN115	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

La relation soignant.e – soigné.e : richesses et pièges de la communication

CIBLE

Personnel hospitalier

OBJECTIFS

- Tenir compte du vécu du·de la patient·e face au contexte hospitalier
- Pratiquer les éléments d'une relation de qualité
- Décoder et gérer l'agressivité d'un·e patient·e
- Savoir tenir compte de l'impact de certaines informations sur le·la patient·e
- Mesurer l'intérêt d'une 'humanisation des soins' sur le·la patient·e et le·la soignant·e

CONTENU

- Le vécu du·de la patient·e face au contexte hospitalier
- Éléments d'une communication de qualité avec le·la patient ·e
  - L'intérêt d'une communication de qualité (compliance, collaboration, santé, etc.)
  - Comment sont vécus les routines de soins par le·la patient·e ?
  - Les éléments d'une relation de qualité : compréhension empathique, bienveillance, présence à soi
  - Le respect du rythme du·de la patient·e et l'accueil des émotions
- La gestion de l'agressivité
  - Les sources de l'agressivité : angoisse, ennui et solitude, confusion, douleurs, attentes anxieuses, incompréhension, etc.
  - L'agressivité comme mécanisme de défense (projection, formation réactionnelle, déplacement, etc.)
  - Réagir à l'agressivité : de la plainte en demande, le reflet empathique, répondre au registre émotionnel, la gestion du contre-transfert, etc.
- L'annonce du diagnostic ou d'une 'mauvaise nouvelle'
  - Les réactions possibles du·de la patient·e : déni, anesthésie émotionnelle, choc émotionnel, sidération, débordement émotionnel, etc.
  - Les tentations du·de la soignant·e : déni du registre émotionnel, précipitation, fausse réassurance, rationalisation, mensonge, omission, etc.
  - Soigner le cadre de l'annonce : lieu, moment, durée, personnes présentes, etc.
  - Les points de vigilance : poser des questions, rappeler des faits, comprendre l'état d'esprit du·de la patient·e, annoncer progressivement les résultats...

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Exercices pratiques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s

FORMATRICE

Daphné GRULOIS

Psychologue et formatrice. Elle travaille depuis 20 ans en milieu hospitalier. Spécialisée dans l'accompagnement de personnes en fin de vie et/ou atteints de maladies graves

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2287	Synapsi	Centre Sportif de la Plaine des Coquerées	rue des Coquerées 50A 1348 Ottignies - Louvain -la-Neuve	30-01-23 07-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN116	Synapsi	2

Graines de médiateur.trice.s pour les enfants de 3 à 6 ans

CIBLE

Tout·e professionnel·le de l'enfance (3-6 ans) travaillant en structure collective : animateur·trice·s, éducateur·trice·s, assistant·e·s sociaux·ales, psychologues, infirmier·ère·s, logopèdes, psychomotricien·ne·s, acteur·trice·s associatif·ive·s…

OBJECTIFS

- Prendre contact avec les autres, mieux se connaître, prendre sa place dans le groupe- Prendre conscience que les autres sont différents de soi
- Comprendre que le conflit est un désaccord, identifier les 4 attitudes possibles en cas de conflit
- Etre à l'écoute de ses sensations, reconnaître les émotions et les nommer
- Pouvoir dire STOP à l'autre, mettre ses limites
- Faire une demande
- Elargir le champ des solutions au conflit

CONTENU

Vous travaillez avec un groupe d'enfants de 3 à 6 ans.
Vous avez envie de doter les enfants d'habiletés sociales qui leur permettent d'entrer en contact avec les autres, à prendre leur place dans le groupe, à communiquer au lieu de taper, à résoudre leurs conflits.

Contenu :

- Cohésion de groupe
- Définition du conflit
- Attitudes possibles en situation conflictuelle
- Distinction fait/jugement
- Identification et gestion des émotions
- Ecoute active
- Message clair, demande
- Méthode de gestion de conflits
- Créativité dans la recherche de solutions

MÉTHODE

- Activités concrètes et ludiques
- Débriefing des activités vécues
- Apports théoriques
- Confrontations d'expériences
- Transfert dans le contexte professionnel

FORMATRICES

Mélanie DE BROUWER
Master en histoire, animatrice socioculturelle, collaboratrice de l'Université de Paix

Pascaline GOSUIN
Licenciée en Arts dramatiques, comédienne, hippothérapeute, formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2288	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	27-03-23 28-03-23 04-04-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN117	Université de Paix asbl	3

Gestion de conflits entre enfants : graines de médiateur.trice.s pour les enfants de 6 à 12 ans

CIBLE

Tout·e professionnel·le de l'enfance travaillant en structure collective : animateur·trice·s, éducateur·trice·s, assistant·es sociaux·ales, psychologues, infirmier·ère·s scolaires, acteur·trice·s associatifs…

OBJECTIFS

- Définir la notion de conflit à partir de représentations personnelles
- Découvrir les différentes attitudes possibles en situation conflictuelle (dont la négociation) et en mesurer l'adéquation en fonction de la situation
- Comprendre l'origine des conflits et de la violence (besoins)
- Élargir ses interventions en tant qu'adulte tiers intervenant dans un conflit entre enfants
- Pouvoir apprendre la négociation aux enfants ainsi que ses prérequis (gestion de l'émotion, créativité, demande)

CONTENU

Cette formation vise à mettre les enfants en relation de manière à leur donner envie de gérer leur(s) conflit(s) de manière non-violente.

Contenu

- Définition du confit
- Attitudes en conflit (Thomas et Kilmann)
- Cercle de la frustration
- Tiers intervenant
- Outils de négociation (SIREP)

MÉTHODE

La méthodologie est active et interactive :

- Activités ludiques, activités orales ou écrites, techniques créatives.
- Mises en situation.
- Partage et échange d'expériences.

FORMATRICES

Nathalie BALLADE
Master «Métiers de l'enseignement, de la formation et de l'éducation», enseignante, formatrice à l'Université de Paix

Valentine STEVENS
Infirmière spécialisée en santé communautaire, animatrice, collaboratrice de l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2289	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	20-04-23 21-04-23 27-04-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN118	Université de Paix asbl	3

L'agressivité chez les enfants

CIBLE

Tout·e professionnel·le travaillant dans le secteur de l'aide à la jeunesse et de l'éducation

OBJECTIFS

- Savoir distinguer l'agressivité de la violence
- Savoir distinguer les comportements inquiétants des comportements « normaux »
- Savoir décoder le « sens » des comportements agressifs chez l'enfant
- Élargir le répertoire des réactions éducatives en fonction du « sens » repéré
- Prendre conscience de son propre contre-transfert agressif
- Savoir communiquer avec les parents à ce sujet

CONTENU

Dans un premier temps nous aborderons l'agressivité sur un plan plus général :

- Nous distinguerons l'agressivité de la violence
- Nous prendrons conscience que les pulsions agressives font partie de la nature humaine. Nous détaillerons l'évolution « normale » des pulsions agressives chez les enfants et adolescent·e·s.
- Nous identifierons les causes les plus fréquentes (stress, frustration, ennui, malaise physiologique, pulsions, jalousie, besoin d'amour, besoin de solitude, besoin de contact, besoin de reconnaissance, etc.)
- Nous reconnaitrons également les aspects « positifs » de l'agressivité dans le développement de l'enfant (désir d'autonomie, affirmation de soi, réaction face à l'injustice, etc.)

Dans un deuxième temps, nous aborderons l'agressivité sur un plan plus symptomatique :

- Nous détaillerons les indices qui nous permettent de distinguer les situations « inquiétantes » des situations « moins inquiétantes »
- Sur un plan individuel, l'agressivité persistante chez un enfant peut se comprendre comme le signe d'une souffrance (peur, jalousie, sentiment d'abandon, instinct de survie, solitude, mésestime de soi, méfiance, etc.)
- Sur le plan expressif, l'agressivité peut être projetée sur les autres (destructions, passages à l'acte, injures, etc.) ou tournée vers soi (culpabilité, dépression, automutilations, etc.)
- Sur un plan psychopathologique, l'agressivité peut s'inscrire dans une problématique d'attachement, de dépression, d'anxiété, etc.
- Dans une lecture plus systémique, l'agressivité peut être la manifestation d'une « loyauté », d'un effet miroir (ou « isomorphisme »), d'une « fonction » familiale ou institutionnelle, d'une « alliance » manifestée, etc.

MÉTHODE

- La formation alliera des temps d'exposés théoriques avec des temps de partage et d'analyse de situations amenées par les participant·e·s-
- Exposés théoriques
- Partage d'expériences en grand groupe et en petits groupes
- Analyse de situations amenées par le·la formateur·trice et par les participant·e·s

FORMATEUR·TRICE

Frédéric DELVIGNE
Psychologue et psychothérapeute de famille

Isabelle HABETS
Psychothérapeute (approche systémique)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2290	Synapsi	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	02-10-23 09-10-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN193	Synapsi asbl	2

S'enrichir de la diversité ?

CIBLE

Particulièrement adaptée aux personnes peu formées

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes qui agissent dans la relation professionnelle en situation interculturelle
- Questionner les représentations sociales (stéréotypes et préjugés) de chacun·e afin de mieux rencontrer l'autre dans sa complexité
- Utiliser la grille d'analyse des chocs culturels à partir de situations concrètes
- Interroger notre manière de communiquer dans un contexte multiculturel
- Utiliser des techniques qui facilitent le dialogue interculturel

CONTENU

- Immigration & diversité culturelle : un peu d'histoire
- On ne peut pas ne pas communiquer : le non-verbal et les gestes culturels de par le Monde
- Reconnaître sa propre culture et décrypter celle de l'Autre, renoncer au mythe de la similarité
- L'identité et les tiraillements identitaires
- Les composantes de la Culture
- L'iceberg des niveaux de culture
- La proxémie : comment adapter sa zone de confort à son interlocuteur·trice et aux circonstances ?
- Introduction à l'écoute active, discerner les besoins derrière le message
- Valeurs culturelles « opposées ? » … pas si dissemblables : réconcilier les besoins
- Stéréotypes et préjugés, sortir de la spirale négative
- Les « Incidents Critiques » ; la grille d'analyse du choc culturel de Margalit Cohen-Emerique
- Analyse de situations réelles, exploitation du vécu des participant·e·s, échange d'expériences
- Recherche de solutions appropriées aux problèmes concrets en atelier
- Médiation Interculturelle : les bases d'une résolution des conflits dans un esprit de coopération

MÉTHODE

La formation se fera sur base de vos expériences et de votre vécu. Nous vous proposons un cadre pédagogique alternant des moments d'échanges, des jeux de coopération suivis de moments de théorie et d'exercices pratiques afin que vous puissiez vous approprier au mieux les contenus. Nous vous proposons une formation ludique, dynamique, réflexive et participative.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2270	Formeville asbl	Formeville asbl	rue Coenraets 66 1060 Bruxelles	03-10-23 10-10-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN194	Formeville asbl	2

Une question de genre ?

CIBLE

Pour toutes personnes soucieuses de renforcer l'efficacité individuelle et/ou collective au travers d'une meilleure connaissance de soi, des autres

OBJECTIFS

- Débusquer et comprendre les mécanismes liés aux stéréotypes de genre
- Mesurer et questionner l'impact des stéréotypes de genre dans ses relations professionnelles
- Envisager et initier des changements dans sa pratique professionnelle, sa communication et son rapport aux autres

CONTENU

Cette formation se veut être un espace-temps de partage, de prise de recul, d'analyse, de questionnement des évidences, des valeurs et aussi un espace-temps de construction d'argumentaire réfléchis, bien pensés, le tout sans jugement. Elle s'adresse aux professionnel·le·s, désireux·euses de construire des contacts, une communication, des pratiques professionnelles, des outils, des animations, des jeux, plus égalitaires, moins discriminants.
La formation apporte les clés pour comprendre, poser un regard critique sur sa pratique professionnelle et l'influence des stéréotypes dans nos rapports sociaux.

MÉTHODE

L'ensemble des activités permettent une meilleure connaissance de soi, de se définir comme acteur·trice, par l'apport théorique, la réflexion, l'analyse, la mise en situation, le jeu de rôle, l'argumentation, le partage d'expériences avec ses pairs tout en laissant une place à l'expression individuelle.
La méthode utilisée permet un travail individualisé sur l'estime de soi, le cheminement, la prise de recul, d'opérer des changements.

FORMATRICE

Maureen DUBUS
Animatrice EVRAS, sexologue au planning familial Ourthe-Amblève. Formatrice CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2309	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	24-04-23 25-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN119	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Bientraitance de la personne âgée

CIBLE

Toute personne se sentant touchée ou impliquée par la question de la bientraitance y trouvera sa place, quelle que soit sa fonction ou sa qualification

OBJECTIFS

- Définir les termes de bientraitance – maltraitance – malveillance
- Expliquer les causes et incidences de la maltraitance, illustrer ses propos par des cas concrets
- Porter un regard sur sa pratique professionnelle en matière de bientraitance
- Elaborer des pistes pour plus de bientraitance au quotidien

CONTENU

Poussé·e par le rythme du quotidien, une certaine lassitude ou simplement distrait... l'accompagnant·e se doit de questionner ses propres attitudes, ses habitudes aussi anodines soient-elles en apparence.

Cette formation a pour but d'ouvrir les yeux sur les risques, les causes et les conséquences de la maltraitance. Elle offre aux participant·e·s un temps de questionnement sur leur pratique, sur leurs habitudes, dans le but de tendre à toujours plus de bienveillance.

Elle aborde, avec un regard éthique, les sujets suivants : différentes sortes de maltraitance, qui peut être maltraitant, comment reconnaître les signes de maltraitance ? Comment le signaler ? Le signalement, un travail d'équipe. Comment rester bienveillant·e ? Qu'est-ce que la philosophie de l'Humanitude ?

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse
Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse.

Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2301	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	02-02-23 09-02-23 16-02-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN120	CEFEM	3

La maltraitance de personnes fragilisées (démentes, porteuses d'une déficience intellectuelle, malades...) en milieu institutionnel

CIBLE

Responsable d'équipe /de projets, psychologue, assistant·e social, paramédical (logopède, kiné, ergothérapeute, infirmier·ère...), éducateur·trice, puériculteur·trice ou autre intervenant·e en institution

OBJECTIFS

- Vous outiller par un questionnaire sur la qualité de vie et l'assertivité, une procédure de signalement
- Analyser et ajuster votre pratique professionnelle

CONTENU

- Définitions de la personne fragilisée et de la maltraitance
- Les formes de maltraitance, les causes (pour l'usager·ère, le personnel, l'institution)
- Actions préventives sur le comportement problématique (augmenter la qualité de vie et faciliter la communication, l'analyse fonctionnelle du comportement, l'apprentissage d'habiletés, l'adoption d'attitudes sécurisantes/de soutien, l'approche positive...) et stratégies d'intervention
- Les dispositions légales
- La bientraitance et son évaluation

MÉTHODE

Axée sur votre vécu, vos expériences et interactive (Brainstorming, Mindmapping, jeux de rôle, analyse de situations cliniques, questionnaires, rédaction d'un incident critique et d'une évaluation, discussions)

FORMATRICE

Carine ROUHART
Logopède. Expérience de 14 ans en institution avec des personnes présentant une déficience intellectuelle.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2302	COCOON asbl	COCOON asbl	ruelle Renard 11 4030 Liège	20-04-23 27-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN121	COCOON asbl	2

Pratiques de la bientraitance en maison de repos

CIBLE

Personnel de maison de repos

OBJECTIFS

- Découvrir les concepts de 'bientraitance' et de 'douces violences'
- Mesurer la cohérence entre les pratiques quotidiennes et le Projet de Vie de l'institution
- Explorer les innovations en matière de bientraitance en maison de repos
- Pratiquer la bientraitance au quotidien et harmoniser les pratiques au sein de l'équipe
- Mesurer les effets de la bientraitance sur la santé des travailleur·euse·s et des résident·e·s

CONTENU

- Généralités
  - Exploration du concept de 'bientraitance' et de ses implications concrètes
  - Exploration de la notion de 'douce violences et de 'maltraitance'
  - L'influence des stéréotypes à propos la personne âgée sur les pratiques de soins et le bien-être des résident·e·s
- Sur le plan organisationnel
  - Analyse de la maltraitance induite par les soins journaliers sur les personnes âgées
  - Isomorphismes entre bientraitance des travailleur·euse·s et bientraitance des résident·e·s.
  - Questionnement du sens des pratiques formelles et informelle au sein du service
- Sur le plan relationnel
  - Implications concrètes de la méthode 'Humanitude' et de la méthode 'Montessori' adaptée aux personnes âgées
  - La prise en compte des habitudes de vie antérieures et des centres d'intérêts passés du résident
  - L'évaluation et la mobilisation des capacités restantes des résidents
- Sur le plan individuel
  - L'effet de la bientraitance sur le bien-être du·de la professionnel·le : reconnaissance, travail porteur de sens, sentiment de valorisation, diminution burnout et de l'absentéisme
  - Les bénéfices de la bientraitance sur les résident·e·s

MÉTHODE

- La formation alliera des temps d'exposés théoriques avec des temps de partage et d'analyse de situations amenées par les participant·e·s.
- Exposés théoriques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s
- Propositions de pistes concrètes

FORMATRICE

Sarah SCHROYEN

Docteur en psychologie. Spécialiste et chercheuse (ULg) dans le domaine de la Psychologie de la Sénescence. Formatrice et enseignante dans le Supérieur.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2303	Synapsi	Auberge de jeunesse de Liège	rue Georges Simenon 2 4020 Liège	19-09-23 20-09-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN195	Synapsi	2

Développer la bientraitance auprès des personnes avec handicap vieillissantes et âgées

CIBLE

Personnel travaillant avec des personnes avec handicap vieillissantes ou avec des personnes agées

OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances sur l'âgisme et le vieillissement
- Savoir définir la bientraitance, et l'implication pour la personne âgée porteuse de handicap ou pas
- Prendre conscience de nos préjugés, les accepter, en tenir compte pour rester professionnel·le et respectueux·euse d'un cadre éthique
- Découvrir les particularités du vieillissement pour la personne porteuse de handicap mental et/ou polyhandicapée
- Être attentif aux principaux signes d'évolution du vieillissement des personnes porteuses de handicap

CONTENU

- Définitions et apports théoriques concernant l'âgisme
- Particularités du vieillissement chez la personne porteuse d'un handicap
- Adaptation des pratiques professionnelles face à la personne âgée en institution ou en maison de repos
- Mettre en place une culture de l'humanitude et de la bienveillance dans son équipe ou service
- Perspectives et élaboration d'un plan d'action répondant au projet de service ou au contrat par objectif de l'Aviq

MÉTHODE

Par une alternance d'apport théoriques et pratiques, nous illustrerons nos interventions avec des analyses de situations institutionnelles, par des vidéos et par la réalisation d'un plan d'action individuel et/ou collectif.
Un partage sur base de situations concrètes vécues au travail par les participant·e·s leur permettra d'intégrer les concepts de la formation. Des jeux de rôles, des mises en situations en petits groupes favorisant l'interactivité et la co-construction permettront aux participant·e·s de développer un nouveau regard sur le vieillissement du bénéficiaire et d'adapter leurs pratiques.

FORMATRICE

Pascale FELLER
Infirmière, coach et formatrice pour PSDD, elle anime des tables de discussion sur ce thème avec l'ensemble des acteur·rice·s du secteur du handicap. Elle dispense également cette formation auprès de l'AVIQ, des MR-MRS et en institution.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2304	PSDD asbl	Espace Kegeljan	rue Henri Lecoq 47 5000 Namur	17-04-23 24-04-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN196	PSDD asbl	2

Favoriser la bientraitance des personnes en situation de handicap

CIBLE

- Tout·e intervenant·e travaillant auprès de personnes en situation de handicap
- Tout·e responsable souhaitant amener ses équipes à re(considérer) cette approche

OBJECTIFS

- Sensibiliser à une attitude d'acceptation, de consentement et de considération envers une personne, une idée
- Comprendre les dimensions du respect qui sont la base des attitudes et comportements bien traitants
- Mettre le groupe dans des situations de vies réelles des résident·e·s
- Amener les équipes à faire preuve d'empathie et être agents de la prévention de la maltraitance

CONTENU

Le respect, c'est quoi ?

- Les dimensions du respect et de la bientraitance : la liberté, la sécurité, l'individualisation, la dignité, la tolérance,l'empathie
- Accompagner avec bientraitance et bienveillance : par rapport aux troubles fonctionnels physiologiques, par rapport aux troubles mentaux, par rapport aux troubles cognitifs, par rapport aux fonctions sensorielles, par rapport aux difficultés liées à la vieillesse de la PHM
- Atelier pratique : Vis ma vie de résident·e, exercice qui permet de vivre ce qu'un·e résident·e vit lorsqu'il·elle est désorienté·e
- Faire expérimenter au groupe les troubles cognitifs, sensoriels, moteurs, affectifs...que vit le·la résident·e du lever au couché grâce à des mises en situation
- Expérimenter l'acceptation de soin : faire les tâches avec soins relationnels (capture sensorielle)
- Votre vécu avec les résident·e·s : mises en situation avec l'analyse de diverses problématiques et recherche de solutions
- Réflexion à la création d'une charte de bientraitance

MÉTHODE

Méthode d'ateliers interactifs , basée sur le vécu et les connaissances du groupe pour faire émerger les notions essentielles. Théorisation avec des méthodes de pédagogie active

FORMATRICE

Karin OMYLINSKI
Educatrice spécialisée en MR/MRS et référente pour la démence

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2305	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	19-09-23 26-09-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN197	Formations Repère	2

Communiquer avec des personnes présentant un handicap

CIBLE

Tout·e travailleur·euse concerné·e par cette problématique dans le cadre de sa pratique professionnelle

OBJECTIFS

- Pouvoir comprendre et identifier les différentes demandes des personnes en situation de handicap
- Clarifier les notions inhérentes au handicap
- Acquérir un autre regard sur le handicap, développer une attitude positive
- Améliorer sa communication face à une personne handicapée
- Favoriser l'intégration/inclusion d'une personne en situation de handicap

CONTENU

Au cours de cette formation, nous aborderons des réponses aux questions suivantes :

- Introduction au handicap
- Qu'entend-on par le terme déficience ?
- Présentation des différents types de handicap
- Notre positionnement en temps qu'intervenant·e
- Que vise-t-on lors de notre intervention ?
- Comment développer les attitudes adéquates ?
- Comment réagir face à des situations difficiles?

MÉTHODE

Pédagogie active, basée sur un échange d'expériences personnelles. Les éclairages théoriques viendront compléter le cheminement et les réflexions menées. Nous nous baserons également sur des reportages, des mises en situation, des supports ludiques. A l'issue de la formation, chaque participant·e recevra un syllabus.

FORMATRICE

Isabelle EVRARD

Responsable de Cap Action, fondatrice de Créactivité. Ses domaines de prédilection : la gestion émotionnelle, les thématiques sociales, la créativité, les pédagogies actives.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2306	CAP ACTION	Les Cayats	rue de Monceau-Fontaine 42/1 6031 Monceau-sur-Sambre	14-03-23 23-03-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN198	CAP ACTION	2

Sensibilisation à la langue des signes

CIBLE

Tout public, aucun prérequis nécessaire

OBJECTIFS

- Etablir un premier contact et entrer en communication avec une personne sourde dans une situation simple de la vie de tous les jours
- Mieux comprendre certaines spécificités culturelles propres à la communauté sourde
- Utiliser du vocabulaire de base en langue des signes

CONTENU

- Notions de base concernant la surdité
  - Bref aperçu historique de la langue des signes
  - Éléments qui différencient la vie de tous les jours chez les personnes sourdes et entendantes. Quelles adaptations existent pour faciliter la vie des personnes sourdes? Pour quelles raisons parle-t-on de communauté sourde?
  - Aperçu des différentes techniques de communication autres que la langue des signes
- Comment communiquer? Acquisition d'éléments grammaticaux de base
  - règles à respecter pour une bonne communication
  - Développer l'expression du visage, transmettre ses émotions grâce aux expressions
  - Comment poser une question en langue des signes? Utilisation de l'expression du visage pour la forme interrogative
  - Signaire : vie quotidienne, formules de politesse, sentiments...
  - Transfert de taille et de forme: expression en deux dimensions (formes) et expression en trois dimensions (volumes)
  - Transfert personnel : s'exprimer en prenant le rôle

MÉTHODE

Les méthodes pédagogiques sont actives, variées et ludiques et mettent les participant·e·s au centre de leur apprentissage : mises en situation, vidéos, utilisation de BD et d'images...
La formation se donne en partenariat sourd/entendant. Ce binôme offre une première approche de la surdité et permet aux participant·e·s d'échanger concrètement avec une personne sourde.

FORMATEUR·TRICE

Virginie DECKERS
Animatrice/formatrice, elle est diplômée en langue des signes (promotion sociale). Elle a une grande expérience dans l'animation de modules de sensibilisation à la surdité.

Nicolas VANDERHAEGHEN
Formateur sourd au CREE Asbl depuis de nombreuses années, il dispose du Certificat d'Aptitudes Pédagogiques et d'une grande expérience sur le terrain avec des publics variés.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2307	Collectif Recherche Et Expression	CREE asbl	avenue du Prince Héritier 214 1200 Bruxelles	01-06-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN122	Collectif Recherche Et Expression	1

Le vieillissement de la personne handicapée mentale

CIBLE

Personnel accompagnant des personnes vieillissantes en situation de handicap (éducateur·trice·s, paramédicaux, cadres, aides-soignant·e·s...)

OBJECTIFS

- Mieux connaître et appréhender la personne en situation de handicap et la déficience intellectuelle
- Comprendre le vieillissement des personnes handicapées mentales
- Susciter la réflexion sur les adaptations de la prise en charge, de l'accompagnement suivant les besoins spécifiques
- Adopter une attitude bienveillante

CONTENU

- Définition de la déficience intellectuelle
- Etiologie
- Troubles associés
- Implication dans la vie quotidienne
- Les besoins spécifiques
- Le processus de vieillissement. Est-il différent ? Les particularités
- Comment répondre à leurs besoins ?
- L'évaluation du vieillissement

MÉTHODE

Support théorique et participation active du groupe. Analyse de cas concrets amenés par le groupe ou la formatrice. Réponses aux besoins spécifiques exprimés par le groupe.

FORMATRICE

Séverine DESMARETS
Psychologue, coach et formatrice
Titulaire d'un certificat interuniversitaire sur le Double Diagnostic

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2308	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	14-02-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN123	Formations Repère	1

5

MÉTHODES ET OUTILS D'INTERVENTION ET D'ANIMATION

Accompagner les repas
Pour une autre approche de l'alimentation de la personne âgée

CIBLE

Toute personne en contact avec des personnes âgées : personnel soignant, paramédical, logistique.
Cette formation s'adresse à tout le personnel de l'institution, en ce compris le personnel d'entretien et de cuisine, indépendamment de la fonction ou du niveau d'études

OBJECTIFS

- Faire découvrir les différents aspects du repas : technique, social, éthique
- Présenter les troubles liés à l'alimentation de la personne âgée (en particulier la dénutrition et la déglutition) et mettre en évidence les comportements adéquats à adopter en matière de prévention de ces troubles
- Présenter les principaux aspects techniques de l'alimentation de la personne âgée
- Favoriser le questionnement éthique des participant·e·s face à des situations complexes relatives à l'alimentation des résident·e·s
- Valoriser le rôle des participant·e·s, quelle que soit leur fonction, dans l'accompagnement des repas

CONTENU

- L'acte de manger se décline beaucoup plus largement qu'à travers la satisfaction d'un besoin biologique. Il se trouve au carrefour de l'affectif, du culturel et du social.
- La personne âgée s'est construite sa propre histoire alimentaire qui est le résultat de l'interaction de différents facteurs biologiques et culturels. L'alimentation est un vecteur d'identité et de communication.
- La formation s'articulera autour des sujets suivants :
- Les différents aspects de l'alimentation (social, culturel, religieux, physiologique)
- La dénutrition de la personne âgée en MR ou MRS (constats, causes, conséquences, diagnostique, prévention, situations à risque propre à la personne âgée, projet de soins et prise en charge)
- Trouble de la déglutition de la personne âgée Éthique et alimentation de la personne âgée

MÉTHODE

Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.

FORMATEUR·TRICE

Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale
Olivier BERNARD
Médecin généraliste, responsable d'une unité hospitalière de soins palliatifs

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2380	CEFEM	Fucam	rue des Soeurs Noires 7000 Mons	02-02-23 13-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN124	CEFEM	2

Manger quand on est âgé.e

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Savoir ce que sont la déshydratation et la dénutrition, en connaître les facteurs de risque, les manifestations et les conséquences
- Connaître l'impact du vieillissement sur les sens
- Adapter le repas et ses préparatifs aux capacités physiques des résident·e·s
- Comprendre l'importance du choix et savoir comment le proposer et maximiser autour du sujet de l'alimentation
- Mieux communiquer dans l'équipe, interéquipe et à l'extérieur autour des questions d'alimentation
- Mieux communiquer avec le·la résident·e aux moments des repas

CONTENU

Le vécu et les pratiques autour des repas

- Définition du repas et croyances : pourquoi s'alimente-t-on ?
- Comprendre le vécu du repas sur base des valeurs de l'accompagnement :
  - Repas et santé : les aspects nutritionnels, la médication, la déglutition, l'anorexie
  - Repas et indépendance : les capacités physiques, l'aide subsidiaire et graduelle, le positionnement, les aides techniques, le matériel, l'adaptation des textures
  - Repas et autonomie : les choix alimentaires, les horaires – refuser de manger

L'organisation et la pratique

- Les valeurs de dignité, individualité et intimité/pudeur à l'occasion des repas
- Organiser les repas :
  - Une question de lieu : où mange-t-on ? avec qui ?
  - Une question de professionnel·le·s : qui sert au restaurant ?
- Le rôle des différent·e·s professionnel·le·s autour des repas
- Question de communication :
  - entre les différents intervenant·e·s.
  - avec la·le résident·e
- La place des familles et des bénévoles
- Conclusion et transfert dans mon organisation

MÉTHODE

Travail de groupe, témoignages vidéos, vignettes cliniques, mises en situation, échanges et structuration + mise en lumière par des apports théoriques.

FORMATRICE

Nathalie DEHARD

Sur base de son expérience d'infirmière sociale et d'infirmière en chef en maison de repos pendant 18 ans, elle délivre de nombreuses formations sur l'accompagnement des personnes âgées au quotidien et l'organisation y relative. Elle est une des co-créatrices de cette formation.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2381	Le Bien Vieillir Asbl	Le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	18-04-23 25-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN125	Le Bien Vieillir Asbl	2

Manger sain et durable : un plaisir pour le corps et l'esprit

CIBLE

Toute personne qui organise et/ou sensibilise son public à l'alimentation : coordinateur·trice·s, animateur·trice·s, cuisine de collectivité…

OBJECTIFS

- Pouvoir mettre en pratique les grands principes de l'alimentation saine et durable : choix des aliments, modes de cuisson et association alimentaire
- Comprendre les liens entre la manière de s'alimenter et nos capacités physiques et intellectuelles : principes de chrononutrition, liens entre cerveau & intestins…
- Elaborer des pistes concrètes pour sensibiliser et accompagner le public dans ces nouvelles pratiques

CONTENU

- Qu'est-ce qu'une alimentation saine et durable : réflexion entre concepts et réalité du terrain
- Choisir les aliments et les préparer : classification, filières, modes de cuisson, associations…
- Transformer l'alimentation pour augmenter ses capacités : besoins nutritionnels et pyramide alimentaire, chronutrition, liens entre dysbiose intestinale et problèmes cognitifs
- Du concret à mettre en pratique, idées de repas, organisation…
- De nouvelles propositions pour les bénéficiaires le changement et la conscientisation, actions concrètes à mener

MÉTHODE

- Exposés théoriques, échanges et réflexions communes
- Approche ludique et réflexive pour aborder les différents concepts
- Présentation de situations concrètes, pratiques et réalistes
- Analyse des situations vécues par les participant·e·s

FORMATRICE

Christelle COLLEAUX

Formée en audit nutritionnel par Taty Lauwers, elle est également licenciée en Histoire, en Etudes théâtrales et Maître Praticienne en PNL. Depuis près de 20 ans, elle cherche et expérimente une alimentation qui soit source de bien-être et de santé tout en restant une source de plaisir gustatif. Depuis 2008, elle anime des ateliers en alimentation saine et durable et accompagne des personnes dans la recherche de leur équilibre nutritionnel. Elle collabore également avec Le Relais du triporteur pour qui elle prépare des repas.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2382	COCOON	Oxyjeunes	rue Albert 1er 89 6240 Farciennes	04-09-23 05-09-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN126	COCOON	2

Troubles de la déglutition

CIBLE

- Logopèdes, ergothérapeutes, kinésithérapeutes, aides-soignant·e·s, infirmier·ère·s, éducateur·rice·s, personnel de cuisine et hôtelier
- Toute personne intéressée par la thématique

OBJECTIFS

- Sensibiliser le personnel aux troubles de la déglutition
- Former les équipes à l'interprétation des signes cliniques de la dysphagie afin de permettre un meilleur dépistage des troubles
- Proposer des idées concrètes pour améliorer le quotidien
- Proposer un encadrement adapté à la personne dysphagique
- Expérimenter certaines situations vécues par les résident·e·s pour adapter au mieux sa prise en soins

CONTENU

- Physiologie de la déglutition normale et pathologique : risques et complications
- Les signes d'alerte de la dysphagie
- Les fausses routes : comment les repérer ? Quelles conséquences ? Que faire en cas de fausse route ?
- Encadrement des repas : avant, pendant, après : conseils et bonnes pratiques.
- Aides et adaptations pour des prises alimentaires sécurisées.
- Importance de l'hygiène buccale.
- Et le sens dans tout ça ? Impact de la sensorialité.
- Idées concrètes pour améliorer le quotidien : maintenir le plaisir de manger tout en s'alimentant de manière sécurisée.

MÉTHODE

Support théorique, supports audiovisuels (photos et vidéos), exercices de mises en situation par petits groupes, présentation et manipulation de matériel. S'interroger et échanger sur les pratiques. Expérimenter certaines situations vécues par les résident·e·s pour adapter au mieux sa prise en soins.

FORMATRICE

Adélie NINOVE
Logopède spécialisée dans les troubles de la déglutition, du langage, de la parole et de la voix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2383	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	25-09-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN127	Formations Repère	1

Pour une approche intégrée de l'hygiène

CIBLE

Toute personne confrontée à cette problématique dans le cadre de sa fonction

OBJECTIFS

- Etre outillé·e pour faire face aux situations de manque d'hygiène
- Savoir aborder sereinement ce sujet avec les bénéficiaires
- Replacer le manque d'hygiène dans un contexte d'ensemble

CONTENU

- Introduction au manque d'hygiène
  - Qu'entend-on par manque d'hygiène ?
  - Quelles sont les causes ?
  - Le rôle de protection du moi « peau »
  - Le manque d'hygiène et l'insertion sociale
- Quelles solutions y apporter ?
  - Apporter des solutions constructives à ce problème nécessite de s'intéresser à ces différentes causes afin d'adopter des approches différenciées
  - Un rapport complexe lie la problématique du manque d'hygiène de soi à trois niveaux : dans son rapport à soi, dans son rapport à l'autre, dans son rapport à l'environnement
- Comment le dire ?
  - Introduction à la communication non violente selon « Gordon » : quelle est ma zone d'acceptabilité et de non acceptabilité face à ce problème ?
  - Quels sont les obstacles aux messages informant du manque d'hygiène ?
  - Comment transmettre le message de manière respectueuse à la personne ?

MÉTHODE

Pédagogie active, basée sur un échange d'expériences personnelles. Les éclairages théoriques viendront compléter le cheminement et les réflexions menées.

FORMATRICE

Isabelle EVRARD

Responsable de Cap Action, fondatrice de Créactivité. Ses domaines de prédilection : la gestion émotionnelle, les thématiques sociales, la créativité, les pédagogies actives.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2384	CAP ACTION	Centre Lilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	02-06-23	1	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN128	CAP ACTION	1

Se glisser dans la peau d'un.e senior.e

CIBLE

Personnel soignant et paramédicaux dans les hôpitaux, MR/MRS, autres établissements des services de santé

OBJECTIFS

- Remobiliser les notions théoriques liées au processus de vieillissement
- Ressentir les limitations fonctionnelles et sensorielles de la personne âgée
- Ressentir pour mieux comprendre ses difficultés dans des situations du quotidien
- Mieux comprendre pour agir : développer des modalités d'interventions adaptées en lien avec votre pratique de terrain
- Développer la qualité de la communication verbale et non verbale

CONTENU

- Abord des concepts théoriques liés aux modifications physiologiques dûes au vieillissement et les répercussions sensori-motrices
- Présentation du simulateur : fonctions, limites
- Techniques de mobilisation et de transfert dans les situations de la vie quotidienne

MÉTHODE

Basée sur l'expérimentation la séance, par le biais de mises en situations, s'articule autour de 3 étapes

- Briefing axé sur la présentation de l'équipement : fonctions, limites, la définition du rôle de chacun·e : acteur·trice, aidant·e, observateur·trice et l'explication du scénario.
- Réalisation de la mise en situation avec le simulateur et les lunettes de pathologies visuelles : transferts, rehaussements, aide à la marche, aide au repas…
- Débriefing : à partir d'un questionnement guidé, chaque participant·e relate le vécu de l'expérience : ressenti et les difficultés factuelles.
- Ce partage contribue à la prise de conscience et à l'analyse en groupe des représentations et pratiques professionnelles pour aboutir à un travail de réflexion sur des pistes d'amélioration des interventions prodiguées afin d'optimiser le bien-être de la personne âgée et du professionnel.
- Par le biais de cet exercice, les participant·e·s sont accompagné·e·s à :
  - Prendre du recul par rapport à votre pratique, amorcer une posture réflexive
  - Réinvestir les apprentissages réalisés dans votre réalité professionnelle

FORMATEUR

Philippe PETITJEAN

Infirmier gradué hospitalier, formateur en manutention et déplacement sécuritaire des bénéficiaires dans les cursus soins infirmiers et sage femme

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2385	Centre de Recherches des Instituts Groupés de la Haute Ecole Libre Mosane (HEL-Mo-CRIG)	Campus de l'Ourthe	quai du Condroz 28 4031 Liège	09-02-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN129	Centre de Recherches des Instituts Groupés de la Haute Ecole Libre Mosane (HELMo-CRIG)	1

Initiation à la méthode Montessori adaptée aux personnes âgées

CIBLE

La formation s'adresse à l'ensemble des professionnels (soignant·e·s et non-soignant·e·s) impliqués au quotidien dans les enjeux d'accompagnement de personnes âgées

OBJECTIFS

- Comprendre la philosophie Montessori
- Porter un autre regard sur la démence
- Agir comme facilitateur au quotidien
- Favoriser l'engagement au quotidien

CONTENU

- La démence : représentations sociales, modèles d'institutions, prise en compte de la personne
- La méthode Montessori : fondements de la pédagogie, adaptation aux personnes âgées
- Les activités : de quoi parle-t-on ? Définition et importance des activités
- Comprendre et agir au quotidien dans l'accompagnement de la démence : types de mémoires et capacités d'apprentissage, repérer les capacités préservées
- Agir au quotidien pour favoriser le développement d'un environnement adapté facilitant le quotidien du public accompagné

MÉTHODE

Nous nous appuyons sur des apports théoriques validés scientifiquement transmis au travers :

- d'un support de présentations
- de vidéos d'analyse et d'illustration
- des études de cas
- des mises en situation et des jeux de rôles
- de la pratique et l'expérimentation d'outils concrets
- La journée d'initiation s'organise avec des temps pour l'ensemble des participant·e·s et des temps en sous-groupes de travail
- L'ensemble du matériel et des outils vu durant la journée est transmis aux participant·e·s à l'issue de la formation.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN130	Senior Montessori	1

Aider sans assister

CIBLE

Les travailleur·euse·s sociaux·ales en posture d'aide par rapport au public cible, dans le secteur de l'accueil social et éducatif

OBJECTIFS

- Différencier l'aide et l'assistance
- Reconnaître les symptômes et attitudes de dépassement de l'aide vers le sauvetage
- Passer efficacement de l'assistance à l'aide

CONTENU

- Intégrer des outils de diagnostic de différenciation entre l'aide et l'assistance.
- Comment se responsabiliser à augmenter le contrôle sur son travail en terme de cadre, rôle, priorités, limites ?
- Apprendre quand et comment décider de dire oui, de dire non.
- Apprendre quand et comment dire non dans le respect de chacun·e.
- Comment favoriser au maximum l'autonomie des bénéficiaires
- Comment augmenter la solidarité, la confiance et le soutien entre travailleur·euse·s et bénéficiaires
- Comment veiller au bien-être de chaque partie.

MÉTHODE

La formation partira des situations vécues par les aides familiales dans leurs pratiques quotidiennes. Le contenu se montrera flexible afin de répondre aux besoins spécifiques exprimés par les participant·e·s. Il y aura alternance entre théorie et exercices d'intégration.
Support pédagogique : des notes et schémas seront remis aux participant·e·s.

FORMATRICE

Sophie DEVUYST
Formatrice en communication et relations humaines

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2348	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	09-02-23 14-02-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN131	Emancipe asbl	2

Mener un entretien d'accompagnement

CIBLE

Educateurs·trices, assistant·e·s sociaux·ales, coordinateur·trice·s, superviseur·euse·s

OBJECTIFS

- Apprendre à structurer son entretien
- Connaître les clefs d'une communication réussie
- Poser des objectifs efficients
- Faire émerger les ressources par le questionnement
- Permettre, par le recadrage, d'élargir la carte du monde de l'autre

CONTENU

- Définition de l'entretien
- La communication et ses freins
  - Notion de carte du monde, les filtres, les pièges
- La structuration d'un entretien
  - Notion de structuration du temps
  - Modèle de communication, le contrat
- Créer le rapport et guider
  - Synchronisation
  - Index de conscience
  - Les positions de vie
- Poser un objectif
  - Identifier le problème
  - Se référer à la grille des niveaux logiques de Dilts
  - Passer de l'état problème à l'état désiré
- Le questionnement
  - Les types de questions
  - Le méta modèle linguistique
- Modèle RPBDC
  - Réel – Problème – Besoins – Demande - Contrat
- Le recadrage
  - De contexte, de sens
- Plan d'action

MÉTHODE

- Apport d'une structure théorique (Modèle de communication et différents outils issus de la PNL, de l'Analyse transactionnelle et du coaching)
- Expérimentation des outils et des méthodes à partir des situations professionnelles des participant·e·s
- Adaptation des outils suivant les situations et les besoins rencontrés
- Ancrage des acquis par l'expérimentation et le développement d'une vision future

FORMATEUR

Stan KINNAER

Master en philologie romane, Certifié Maître-Praticien PNL, Certifié Coaching de vie intégral, I.G.I., Hypnose ériksonienne, Thérapie brève, E.M.D.R., Certifié Accompagnement de carrière, stress et burn-out, Praticien certifié D.I.S.C. et Insights Discovery

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2349	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	15-03-23 22-03-23 29-03-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN132	Emancipe asbl	3

Approche interdisciplinaire en vue d'optimaliser la gestion d'un dossier de demandeur.euse d'une protection internationale

CIBLE

Travailleur·euse·s dans le social confronté·e·s à des personnes en séjour irrégulier

OBJECTIFS

- Savoir préparer de manière précise le·la demandeur·euse d'asile à chaque étape précise de la procédure d'asile
- Savoir comment cumuler les différentes procédures de régularisation pour en optimaliser la réussite
- Connaître la réaction à adopter fasse à toute décision auxquel peut être confronté le·la demandeur·euse d'asile dans le cadre de sa procédure
- Connaître les points précis sur lesquels travailleur·euse social·e et avocat·e.s doivent entrer en contact en vue d'optimaliser la gestion d'un dossier
- Connaître les liens entre les procédures de régularisation, l'aide matérielle et l'aide sociale

CONTENU

- L'arrivée en Belgique
  - Comment gérer le premier entretien ?
  - Quelles sont les formalités administratives à remplir ?
- La procédure Dublin
  - Comment préparer le·la demandeur·euse d'une PI ?
  - Comment évaluer l'état d'avancement du dossier ?
  - Que faire en cas de délivrance d'une annexe 26quater ?
- La procédure d'asile stricto sensu
  - La transmission du dossier au CGRA, que faire ?
  - Comment préparer le·la demandeur·euse d'une PI à la première audition par l'OE ?
  - Comment préparer le·la demandeur·euse d'une PI à l'audition du CGRA ?
  - Comment faire en cas de décision négative du CGRA ?
- Les liens entre la procédure d'asile et les autres procédures : optimalisation des chances de réussite - trucs et astuces
  - La procédure 9ter pour raisons médicales
  - La procédure 9bis pour raisons humanitaires
  - Regroupement familial
- Aide sociale et Logement
  - Demande de séjour multiple
  - Demande de prolongation au sein d'un logement

MÉTHODE

- Apport théoriques par l'utilisation de slides
- Allers et retours dans la réalité de terrain des participant·e·s avec leurs vécus
- Remise/rédaction de checklists, schémas et décisions-type

FORMATRICE

Juliette RICHIR

Avocate en droit des étrangers. Avocate volontaire dans le cadre de l'ONG European Lawyers in Lesvos avec deux interventions dans le camp de Moria sur l'île de Lesbos en Grèce (Hotspot).

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2350	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	19-04-23	1	09:00 - 17:00

Accompagner le projet professionnel de la personne

CIBLE

Tout·e travailleur·euse ayant en charge l'accompagnement du projet professionnel de la personne

OBJECTIFS

- Utiliser de nouveaux outils
- Permettre à son public d'être davantage acteur·trice de son processus
- Prendre du recul sur sa pratique
- Animer et construire une démarche d'orientation

CONTENU

Nous aborderons, dans cette formation, trois aspects du travail en orientation :

- Les méthodes et les outils : les participant·e·s exploreront des outils utilisés par Retravailler Namur au fil du temps à partir de diverses méthodes éprouvées (ADVP, Le trèfle Chanceux, Chemin Faisant, Méthode Retravailler). Ces outils pourront être utilisés par la suite soit lors d'entretiens individuels soit lors d'animations collectives.
- Les postures du·de la formateur·rice en orientation.
- Quelle éthique souhaite-t-on mettre en place et pourquoi? Quels sont les rôles possibles que peut jouer un·e conseiller·ère en orientation? Quelle posture permet l'affranchissement de la personne accompagnée? La posture sera notamment analysée lors du 3ième jour, sur base des expérimentations faites par les participants·e·s
- Les axes principaux du travail d'orientation. Nous partirons des trois axes de travail : l'exploration de soi (les intérêts professionnels, les ressources et compétences, les désirs et les rêves, les valeurs), l'exploration de l'environnement (les métiers, les secteurs, le marché du travail...) et le développement de stratégies d'insertion.

MÉTHODE

Nous partirons d'exercices pratiques (expérimentation d'outils, mises en situation, travaux personnels et de groupe) suivis de phase d'analyse, débriefing, mises en mot éclairées par des concepts théoriques.

FORMATRICES

Adeline MONSEU
Coordinatrice d'un centre d'insertion socioprofessionnelle (CET) spécialisé en orientation et conseillère en bilan de compétences

Laureline BORGNIEZ
Formatrice et conseillère en orientation au Centre Européen du Travail (CET)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2351	Centre Européen du Travail	Centre Lilon	rue des Tanneries 1 5000 Namur	03-10-23 10-10-23 28-11-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN200	Centre Européen du Travail	3

Accompagner sans s'épuiser

CIBLE

Les acteur·trice·s du non marchand, principalement dans les domaines de l'insertion sociale et professionnelle, de l'aide sociale

OBJECTIFS

Accueillir correctement des personnes fragilisées
Remobiliser des personnes dans le cadre d'une relation d'aide

CONTENU

Les acteur·trice·s du non-marchand, singulièrement dans les domaines de l'insertion sociale et professionnelle, de l'aide sociale et des activités menées avec des publics fragilisés, entrent en contact avec des personnes que la vie n'a pas ménagé et qu'elle a laissé comme éteintes ? Comment accueillir et accompagner ces personnes démobilisées ? Tel est l'enjeu de cette formation.

- Etablir un climat de confiance et de respect et proposer un cadre de collaboration épanouissant et efficace avec les bénéficiaires (se présenter, faire une offre de service, mettre à jour les attentes, établir un contrat positif).
- Aider l'usager à identifier ses besoins et à conscientiser ses ressources, à se fixer des objectifs accessibles par étapes et à faire le deuil de ses expériences d'échec, à prendre soin de lui, à identifier les blocages et sabotages pour retrouver l'énergie de la motivation.
- Réfléchir à son implication en tant qu'intervenant·e dans la relation d'aide pour ne pas s'épuiser, ni agresser (clarifier le rôle de chacun·e, les responsabilités de l'intervenant·e et de l'usager·ère).

MÉTHODE

- Exercices pratiques et mises en situation à partir des attentes et des expériences de terrain vécues
- Identification et clarification des difficultés et des ressources
- Apports théoriques et échanges

FORMATRICE

Sophie DEVUYST
Psychologue, psychothérapeute et formatrice

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2352	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	20-03-23 21-03-23 27-03-23	3	09:30 - 16:30

Prévention des violences dans le couple

CIBLE

Ouvert à tou·te·s les professionnel·le·s qui rencontrent dans leurs réalités de terrain la problématique des violences conjugales (exemples: service d'Aide aux Toxicomanes, planning familiaux, etc.)

OBJECTIFS

- Comprendre dans sa globalité et complexité la problématique de la violence conjugale
- Définir la violence conjugale et la distinguer des conflits de couple
- Connaître et comprendre les mécanismes des violences conjugales à partir d'un modèle d'analyse : le « Processus de Domination Conjugale »
- Questionner la sévérité des dynamiques de violences conjugales
- Observer et évaluer les impacts de la problématique sur les intervenant·e·s et les équipes de travail

CONTENU

- Mythes et réalités
- Définition de la violence conjugale
- Concepts « violence - agressivité - colère »
- Différences entre violence conjugale et conflit conjugal
- Formes de violences et le continuum de la violence
- Notions de stress post traumatique
- Lecture systémique et novatrice des violences conjugales à l'aide du modèle PDC
- Mécanismes régissant la violence conjugale et leur impact
- Dynamique d'intervention
- Evaluation des dynamiques et de la dangerosité des situations
- Impact sur les intervenant·e·s et leur équipe de travail

MÉTHODE

Cette formation partira des représentations et croyances de chacun·e pour construire une définition du concept de violence conjugale. L'objectif est de porter un regard sur ce concept dans sa globalité et complexité. Ensuite, nous poursuivrons par une alternance entre théorie, concepts et exercices. Des travaux en sous-groupes favoriseront le partage de connaissances, d'expériences et de situations. Les attentes des participant·e·s seront questionnées pour répondre au mieux à leurs besoins.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2353	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	Date à définir	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN201	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Animer des contes : raconter, transformer et inventer des histoires

CIBLE

Toute personne qui dans le cadre professionnel est amenée à utiliser le conte soit en animation, soit en formation

OBJECTIFS

- Retrouver le plaisir de se laisser transporter par les histoires
- S'outiller pour raconter des histoires à un groupe, ou pour faire raconter une histoire par un groupe
- S'outiller pour stimuler l'imaginaire de son public, lui permettre de transformer des contes et d'inventer des histoires
- Dégager le schéma narratif des contes (héros, héroïne, situation initiale, déclencheur…)
- Disposer d'outils pour aider ses participant·e·s à structurer les histoires qu'ils·elles inventent

CONTENU

Nous explorerons différents supports visuels (objets, images, espace) pour raconter des histoires à un groupe ou pour raconter collectivement.
Nous exploiterons différentes techniques (l'association inattendue de mots ou d'images, la transformation de contes connus) pour déclencher l'imaginaire et inventer les histoires les plus folles. Nous dégagerons également le schéma narratif des contes, pour avoir une base qui permette de structurer une histoire.
Nous expérimenterons les outils entre adultes. Nous prendrons régulièrement de la distance pour analyser ensemble les activités proposées afin que vous en compreniez les objectifs et que vous puissiez les adapter aux groupes que vous animez.

MÉTHODE

La formation propose un chemin participatif pratico-ludique pour solliciter l'imaginaire et créer ou compléter son coffre à outils d'animateur·rice-conteur·euse.

FORMATEUR

Pierre-Alain GERBEAUX
Formateur en Relations Humaines du secteur Animation de Groupes et Relations Humaines du CFA, Responsable et formateur BACV

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2310	Centre de Formation d'Animateurs	Centre de Formation d'Animateurs	chaussée de Boondael 32 Bruxelles (Ixelles)	31-01-23 09-02-23 10-02-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN202	Centre de Formation d'Animateurs	3

Activités dans la nature avec les enfants

CIBLE

Les professionnel-le-s et volontaires de l'accueil et de l'animation d'enfants de 3 à 12 ans

OBJECTIFS

- Organiser des activités de découverte et de créativité dans la nature, pour et avec les enfants
- Appréhender la richesse et la diversité des différents coins dans la nature, les (re)connaître
- Mettre en place un style d'animation qui permette d'ouvrir l'enfant au monde extérieur
- Apprendre à l'enfant à s'approprier l'environnement qui est le sien afin qu'il s'y sente chez lui·elle

CONTENU

- Explorer un large panel d'activités ludiques pour (faire) découvrir les différents milieux naturels : campagne, forêt, ruisseau…
- Vivre et inventer des jeux sensoriels, d'observation, d'identification (arbres et plantes, minéraux, traces, insectes…), ou encore des contes sur les chemins
- Expérimenter divers ateliers créatifs à partir d'éléments pris dans la nature (peintures, bijoux, mobiles, maquettes nature, marionnettes, tissage sauvage…)
- Réfléchir au report avec des groupes d'enfants

MÉTHODE

En formation, le CJLg va :

- de l'action vers la réflexion
- de la réflexion vers l'évaluation
- de l'évaluation vers l'évolution

On joue, on crée, on échange... pour mieux (se) questionner. Notre méthode est donc active, ludique, participative et associative. La formation prend en compte les attentes et les expériences des participant·e·s, demande à chacun·e de s'impliquer et s'adapte au profil, au rythme et à l'évolution du groupe.

FORMATRICE

Marianne COURTOIS

Formatrice en éducation permanente depuis plus de 15 ans, spécialisée en animation dans la nature et en activités centrées sur la nature, pour enfants et adultes. Guide nature diplômée et expérimentée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2311	CJLg	Centre Culturel Marcel Hicter	chemin de Marronniers 26 5100 Wépion	13-04-23 20-04-23 27-04-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN134	CJLg	3

Jouons à l'extérieur - Vivons 1001 jeux : petits, moyens ou grands !

CIBLE

Les professionnel-le-s et volontaires de l'accueil et de l'animation d'enfants de 3 à 12 ans

OBJECTIFS

- Animer et adapter toutes sortes de jeux d'extérieur avec son groupe d'enfants
- Percevoir et exploiter toutes les potentialités du milieu environnant pour (r)éveiller le désir de découvrir et d'explorer des enfants
- (Re)donner aux enfants le goût de jouer en plein air et de s'ouvrir au monde extérieur

CONTENU

- Vivre de nouveaux types de jeux d'extérieur faisant la part belle à l'aventure et à la découverte : jeux sportifs ou de construction, activités sensorielles et nature, rallyes, grands jeux,…
- Réfléchir à l'importance d'une exploitation bien réfléchie du milieu environnant et à celle de sortir avec des enfants, en toute saison et par tous les temps !
- Travailler sur le décorum à l'aide de différentes techniques ; créer des fils conducteurs, des histoires pour introduire ou habiller un jeu
- Imaginer des temps de jeux adaptés aux différents moments de la journée ainsi qu'aux différentes tranches d'âge ; s'exercer à les animer

MÉTHODE

En formation, le CJLg va :

- de l'action vers la réflexion
- de l'évaluation vers l'évolution

Notre méthode est active, ludique, participative et coopérative. La formation prend en compte les attentes et les expériences du·des participant·e·s, demande à chacun·e·s de s'impliquer et s'adapte au profil, au rythme et à l'évolution du groupe.

FORMATRICE

Roxanne VANDERAUWERA

Formatrice en éducation permanente au CJLg - Animatrice brevetée et active sur le terrain depuis plus de 10 ans - Coordinatrice brevetée et expérimentée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2312	CJLg	Centre Culturel Marcel Hicter	chemin de Marronniers 26 5100 Wépion	10-10-23 24-10-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN135	CJLg	2

Animer un atelier d'écriture

CIBLE

Tout public intéressé par organiser un atelier d'écriture au sein de sa structure (Maisons de retraite, milieu hospitalier, OISP, alpha…)

OBJECTIFS

- Vivre de l'intérieur en tant que participant·e à un atelier d'écriture
- Créer sa boîte à outils d'écriture créative (pistes d'écriture, déclencheurs…)
- Appréhender la posture de l'animateur·rice d'atelier d'écriture
- Expérimenter, tester des jeux et des propositions d'écriture
- Repartir avec une boîte à outils pour concrétiser son propre atelier d'écriture

CONTENU

Le temps de l'écriture

- Créer sa boîte à outils d'écriture créative : les pistes d'écriture
- Nous proposons que les futurs animateur·rice·s (d'un atelier d'écriture) vivent de l'intérieur la dynamique d'un atelier d'écriture. Une grande partie de la journée sera donc consacrée à écrire seul·e ou en groupe.
- Ecrire à partir de déclencheurs à imiter, à parodier, à reproduire
- Les jeux de contraintes et propositions ludiques
- L'Ouvroir de littérature potentielle (l'OuLiPo)
- La métaphore.
- Les déclencheurs : le texte, la musique, les images, les objets

Le temps de la lecture et des retours

- Découverte sur une même proposition de la variété et qualité des textes. Lire son texte et recevoir les impressions des autres participant·e·s.

Se projeter dans la posture d'animateur d'atelier d'écriture

- Comment instaurer un climat favorable à la créativité ainsi qu'au respect mutuel ?
- L'écriture comme outil d'expression, de revalorisation et d'amélioration de la confiance en soi

MÉTHODE

- A partir de jeux d'écriture, d'inducteurs, de facilitateurs d'écriture, les participant·e·s écrivent seul·e·s ou en groupe
- Temps d'échange et de partage sur les textes produits

FORMATRICE

Cécile MICHAUX

Formatrice en communication, spécialisée en écriture professionnelle et créative. Diplômée en Techniques de Communication et animatrice d'ateliers d'écriture, elle a été notamment chargée de communication écrite pendant 30 ans au Théâtre National.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2313	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	12-06-23	1	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN136	Bruxelles Formation | BF entreprises	1

Pratiquer le snoezelen pour favoriser l'inclusion

CIBLE

- Travailleur·euse·s du secteur de la petite enfance, de l'enfance et de la jeunesse
- Travailleur·euse·s du secteur du handicap (mental et physique)

OBJECTIFS

- Développer les principes entourant le concept Snoezelen
- Reconnaître, utiliser et développer sa propre sensorialité
- Mettre en place des expériences autour des différents sens
- Être attentif·ve au respect et au rythme de chaque personne
- Maîtriser les mécanismes de la sécurisation permettant de rencontrer toute personne quelle qu'elle soit

CONTENU

Pour débuter, nous proposons aux participant·e·s de vivre leurs sensations dans l'espace Snoezelen (pour adultes), afin de se réconcilier avec les sensations primaires. Ensuite, d'échanger sur l'intérêt du concept Snoezelen au sein des structures et sur « comment » transférer ces outils dans la réalité professionnelle, à moindre coût.
Des exercices pratiques seront proposés et expérimentés, dans un premier temps. Ensuite, des moments d'échange permettront de dégager des pistes d'application directe sur le terrain.
Les techniques issues du Snoezelen et de la psychomotricité permettront à l'enfant/jeune/personne handicapée d'apprendre à aller à la rencontre de l'autre dans sa ressemblance et/ou ses différences, l'écouter, le respecter.

MÉTHODE

Immersion dans un espace mutli-sensoriel (Snoezelen intérieur) et un jardin multi-sensoriel (snoezelen extérieur) / Partage des ressentis en groupe / Présentation de du concept Snoezelen et mise en perspective / Travail sensoriel, d'abord général puis plus spécifique / Présentation d'applications du Snoezelen en milieu d'accueil d'enfants et de jeunes, ainsi que de personnes handicapées / Créer un espace Snoezelen sur base de différents budgets.

FORMATRICE

Catherine LEVEAU

Elle est éducatrice spécialisée et psychomoticienne. Ayant une vingtaine d'années d'expériences dans diverses structures d'accueil de personnes ayant des déficiences mentales (autistes et autre), elle a développé ses connaissances et son expérience autour de l'approche psychomotricienne et du Snoezelen.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2314	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	Anim'Action	Grand Route 111C 4367 Crisnée	20-03-23 27-03-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN137	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	2

Graines de Pleine Conscience en animation : le plein d'outils pour les enfants et adolescent.e.s

CIBLE

Tout public, particulièrement les animateur·rice·s, éducateur·rice·s, enseignant·e·s, parents

OBJECTIFS

- Comprendre l'intention et les fondements de la pleine conscience
- Découvrir et expérimenter différents outils de gestion de soi et du groupe basés notamment sur la pleine conscience avec les enfants et adolescent·e·s
- Analyser et pouvoir adapter ces activités pour son public
- S'entraîner à l'animation d'activités de présence à soi, de détente et de relaxation, de retour au calme
- Cultiver une présence ouverte attentive et bienveillante, envers soi et envers les autres

CONTENU

Il arrive parfois dans l'animation d'un groupe d'enfants que l'énergie explose ou disparaît ! Et que le projet collectif est mis à mal ! Les tensions sont palpables : les enfants sont dispersés, agités, stressés, hyperactifs… débordés par des émotions désagréables. Ou au contraire distraits, peu participatifs, fatigués, en retrait. Que leur proposer à ce moment ? Comment ramener l'attention de chacun et du groupe sans moraliser ? Comment les aider à traverser ces vagues d'émotions qui parfois débordent en comportements inadéquats ?
Cet atelier vous donnera des repères pour prévenir et traverser ces moments sereinement en permettant aux enfants de trouver en eux, notamment dans le mouvement et le jeu, des ressources pour gérer le stress et les émotions.
L'objectif est d'expérimenter et de s'entraîner à utiliser des activités, techniques pratiques et ludiques, basées entre autre sur la Pleine Conscience pour les enfants et adolescent·e·s. Nous expérimenterons des outils simples et variés, facilement utilisables en animation.

MÉTHODE

La pédagogie se veut active, émergente, participative et progressive. Les notions théoriques émergeront de l'expérience vécue par le groupe et les situations apportées par les participant·e·s. Cette formation, pratique et ludique, permet d'expérimenter ces activités en groupe et d'acquérir des attitudes pour les animer dans vos groupes.

FORMATRICE

Rose-Marie BOURGEOIS
Formatrice en relations humaines et animation de groupes, MBSR - Certificat d'Université à la Pleine conscience (Mindfullness/ULB), en formation PEACE, programme de Pleine Conscience pour enfants

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2315	Centre de Formation d'Animateurs	Le Monde en Soi	clos du Château d'Eau 8 1410 Waterloo	20-04-23 21-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN138	Centre de Formation d'Animateurs	2

Kamishibaï, petit théâtre d'images

CIBLE

La formation s'adresse à toute personne travaillant dans les métiers de contact centré sur l'humain, que ça soit des éducateur·rice·s, animateur·rice·s, ergothérapeutes, travailleur·euse·s sociaux·ales, psychologues, artistes, puériculteur·trice·s, aides-soignant·e·s, infirmier·ère·s...

OBJECTIFS

- Découvrir et s'initier à l'art du Kamishibaï
- S'exercer au maniement d'un Kamishibaï
- Apprendre à conter en mêlant paroles et images
- Explorer différents outils artistiques (dessin, collage, photo, jeu, écriture)

CONTENU

Le théâtre Kamishibaï fait partie de la tradition japonaise et consiste à raconter des histoires accompagnées par des images. La formation vise à initier les participant·e·s à l'art du Kamishibaï et de se familiariser aux principes de cette forme de narration visuelle. A travers un processus créatif qui tient compte de l'oral, de l'écrit, du dessin et du jeu, la formation donne l'opportunité de s'exercer au maniement de ces outils (glissement, manipulation et arrêt des images), d'apprendre à mêler paroles et images et de s'adresser au public.
L'accent particulier de la formation est l'utilisation du Kamishibaï est l'aspect intergénérationnel. Il est non seulement un outil de développement de l'enfant mais aussi très intéressant pour favoriser l'expression dans l'animation d'un groupe de personnes âgées. En plus des enfants et des seniors, cette formation est bien sûr accessible à toute personne souhaitant l'utiliser dans une animation de groupe.

MÉTHODE

La formation invite à explorer la créativite´ tout en tenant compte de son impact sur l'animation. De manière ludique et progressive, les participant·e·s seront amené·e·s à s'exprimer à travers le théâtre Kamishibaï et à réfléchir sur l'utilisation de cet outil dans le contexte professionnel de chacun·e.

FORMATRICE

Cosima JENTZSCH
Conteuse et dessinatrice, animatrice et formatrice, spécialisée dans l'art du Kamishibaï

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2316	Centre de Formation d'Animateurs	Centre de Formation d'Animateurs	chaussée de Boondael 32 Bruxelles (Ixelles)	15-06-23 16-06-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN139	Centre de Formation d'Animateurs	2

Techniques d'animations théâtrales

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Pouvoir faire découvrir le théâtre à un groupe
- Connaître des outils ludiques et créatifs d'animation de groupe et d'animation théâtrale
- Structurer une séquence d'animation théâtrale
- Développer la créativité et l'audace individuelle
- Développer le sens de l'écoute et de l'observation

CONTENU

- Exercices ludiques d'échauffement (détente, concentration, prise de conscience de sa propre corporalité) et de cohésion de groupe
- Expérimentation des techniques théâtrales comme la relation avec le·la partenaire, l'expression verbale et corporelle, l'imaginaire, l'improvisation, la création de courtes scènes par les participant·e·s
- Echanges et discussions régulière lors de la formation sur le vécu et les objectifs des exercices
- Exercices pour développer la créativité et le sens de l'audace
- Exercices pour développer une écoute plus fine de soi et des autres, de ses attitudes et de ses émotions
- Expérimenter le jeu d'acteur·rice pour développer ses compétences d'initiatives, de créativité et de coopération
- Mise en pratique d'une animation

MÉTHODE

- Les bases du jeu d'improvisation et d'expression théâtrale
- Exercices pratiques d'expression théâtrale
- Mise en situation d'animation
- Outils de développement de la créativité

FORMATRICE

Sherlla OLIVEIRA

Bachelière en soins infirmiers, Master en promotion et éducation pour la santé (Ulg), agrégée d'enseignement secondaire supérieur (Ulg), formatrice, conférencière, accompagnatrice pédagogique, thérapeute, prof de yoga et pilates.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2317	COCOON	Objectif Plénitude	rue des bluets 13 4100 Seraing	09-10-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN140	COCOON	1

Jeux de coopération pour initier un climat de groupe bienveillant

CIBLE

Les travailleur·euse·s du secteur socioculturel, aide à la jeunesse, aide aux familles, maison de repos et petite enfance
Fonctions : éducateur·trice·s, animateur·rice·s, accueillant·e·s, surveillant·e·s, assistant·e·s sociaux·ales

OBJECTIFS

- Structurer les observations en déterminant, ensemble, les caractéristiques du jeu coopératifExpérimenter les différentes étapes qui mènent à la coopération dans un groupe
- Vivre de l'intérieur l'émergence d'un esprit d'équipe dans le groupe
- Découvrir de nombreux outils facilement adaptables à son public
- Partager et analyser en groupe l'expérience vécue en animation

CONTENU

Par ce module de formation, le·la participant·e va vivre concrètement la coopération dans un groupe via les 7 étapes fondamentales :

- Briser la glace
- Faire connaissance, aller vers l'autre
- Prendre sa place dans le groupe
- Cultiver un regard positif
- Conscientiser à la communication
- Développer le groupe
- Expérimenter la coopération

MÉTHODE

- Exploration de la coopération de manière active, participative et ludique. Les participant·e·s retrouveront le plaisir du jeu de groupe progressivement à l'aide de 7 étapes essentielles à la coopération.
- Apports théoriques apportés par les participant·e·s selon leur vécu pendant les activités proposées au sein du groupe.

FORMATRICE

Marie LOISELET
Formatrice Coala ATL - Coach et jouteuse FBIA - Experte en coopération

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2318	Coala asbl	Coala asbl	chaussée de Wavre 4 5030 Gembloux	01-06-23 02-06-23	2	09:00 - 15:30

Ateliers et jeux autonomes

CIBLE

Les professionnel-le-s et volontaires de l'accueil et de l'animation d'enfants de 3 à 12 ans

OBJECTIFS

- Remettre en place ou adapter en fonction de son groupe et de son lieu d'accueil toute une série d'activités et de techniques visant l'autonomie de l'enfant
- Définir différents moyens permettant d'autonomiser les enfants (mise à disposition du matériel de manière optimale, aménagement de l'espace, création de boîte à jouer...)
- Créer un cadre sécurisé et riche d'incitants qui favorise l'autonomie et la prise d'initiative de l'enfant
- Être une présence encourageante et bienveillante pour l'enfant pour pouvoir l'accompagner si besoin en faisant toujours «avec» et pas «à la place de»
- Comprendre l'intérêt de développer l'autonomie et la liberté de choix chez l'enfant dès le plus jeune âge

CONTENU

- S'interroger sur la notion d'autonomie dans le cadre de l'accueil et de l'animation d'enfants (définition, applications concrètes, modalités de mise en œuvre, expériences vécues...) ; analyser ses répercussions chez l'enfant.
- Découvrir et tester une série d'activités visant l'autonomie chez l'enfant (activités créatives manuelles, jeux d'observation et de logique, jeux d'expression, activités de construction, etc.).
- Réfléchir sur les activités vécues et à leur mise en place selon les spécificités de son public (tranche d'âge, besoins, intérêts...) et les spécificités de son terrain (locaux, matériel disponible...).
- S'interroger sur la place et l'attitude des professionnel·le·s lors d'activités libres.
- Développer sa posture d'observateur·rice lorsque les enfants sont en activité autonome en s'exerçant avec des grilles d'observation...
- Utiliser ces observations pour revoir l'organisation de son accueil afin de l'adapter au mieux aux besoins des enfants.
- Réfléchir au potentiel de son accueil et imaginer des aménagements possibles en termes de mise à disposition et d'utilisation du matériel sur base des réalités de terrain des professionnel·le·s.

MÉTHODE

Au CJLg, la formation se construit ensemble, par l'implication à la fois de l'équipe formatrice et des participant·e·s.
Les matériaux ? Les expériences, attentes, acquis, objectifs et rythmes de chacun.e.
Le liant ? Une méthode qui va toujours de l'action vers la réflexion, de la pratique vers la théorie : on bouge, on crée, on joue, on invente, on vit, on échange... pour mieux comprendre, questionner, évaluer, évoluer, changer.

FORMATRICE

Marianne COURTOIS
Formatrice en éducation permanente pour le CJLg depuis 1999. Animatrice et coordinatrice brevetée en centres de vacances.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2319	CJLg	Centre Culturel d'Ans	place des anciens combattants 1 4432 Ans	31-01-23 07-02-23	2	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN141	CJLg	2

Créez un groupe cohérent et solidaire grâce aux brise-glace et autres outils de team building

CIBLE

Pour toute personne devant animer un groupe (en formation, atelier, réunion, présentation…)

OBJECTIFS

- Définir ce qu'est un brise-glace
- Connaître différents types de brise-glace et leur utilité propre
- Choisir un brise-glace en fonction de son objectif et de ses contraintes
- Animer plusieurs types de brise-glace
- Créer son propre brise-glace adapté à son public

CONTENU

- Un brise-glace, pourquoi faire ?
- Découvrir de nombreux outils et leur utilisation dans différents contextes :
  - Les brise-glace pour faire connaissance et créer des liens
  - Les brise-glace pour créer des sous-groupes
  - Les brise-glace qui renforcent la confiance et la cohésion dans un groupe
  - Les brise-glace pour susciter un travail collaboratif
  - L'utilisation de brise-glace énergisants ou relaxants selon les moments
  - Les brise-glace pour libérer la créativité
- Créer son propre brise-glace adapté à son contexte

MÉTHODE

Méthode interactive et ludique. Au centre de la formation, l'apprenant·e éprouvera lui·elle-même chaque outil proposé. La formatrice suscitera des moments de réflexion (mise en méta) et d'échanges avec les participant·e·s…

FORMATRICE

Caroline HAMAIDE

Formatrice Soft skills, people management, communication inter-personnelle, formation de formateur·rice·s depuis près de 10 ans. Longue expérience diverse en communication et journalisme écrit, radio et TV.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2320	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	21-04-23	1	09:00 - 16:30

Formation aux techniques d'animation

CIBLE

La formation s'adresse aux animateur·rice·s et aux formateur·trice·s qui souhaitent approfondir leurs compétences en animation et qui, par l'expérience ou par formation disposent déjà de bases en animation

OBJECTIFS

- Vous aider à développer vos compétences en animation
- Mettre en pratique diverses techniques d'animation

CONTENU

- Choisir et utiliser à bon escient les techniques d'animation
- Se découvrir et développer son potentiel d'intervenant·e
- Découvrir et pratiquer des techniques pour :
  - Entrer en contact avec l'autre et faire groupe
  - Prendre de l'information, l'analyser collectivement, mobiliser les ressources du groupe
  - Interagir, échanger des points de vue, argumenter, imaginer des solutions, décider, agir ensemble
  - Boucler l'animation et anticiper les prolongements

MÉTHODE

Exercices de découverte de soi, exposés, mises en pratique des différentes techniques, moments réflexifs, individuels et collectifs.

FORMATEUR

Patrick HULLEBROECK
Formateur en gestion de projet, en formation de formateur·trice·s et d'animateur·trice·s et directeur à la Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente asbl

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2321	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	09-03-23 10-03-23 23-03-23 24-03-23	4	09:30 - 16:30

La facilitation visuelle

CIBLE

Toutes les personnes chargées d'animer des groupes en tant que formateur·trice, animateur·trice ou en équipe

OBJECTIFS

- Acquérir des outils de facilitation visuels pour améliorer le travail en groupe
- Prendre conscience et pratiquer diverses postures (facilitateur·trice, coach, observateur·trice…) Découvrir du matériel (méthodes, templates, outils…)
- Disposer des bases nécessaires pour poursuivre son propre développement en facilitation visuelle de manière autonome
- Être capable d'animer des premières réunions sur base du visuel. Structurer des séminaires / ateliers, de 2 heures à une journée, ou plus

CONTENU

- Découvrir la technique de la facilitation visuelle, son vocabulaire et sa grammaire graphiques, faite d'éléments simples qui permettent de structurer et d'organiser un visuel pour communiquer de l'information
- Découvrir le matériel (méthodes, templates, outils…)
- Découvrir les principes de la facilitation visuelle et construire sa bibliothèque visuelle (formes et dessins réutilisables) personnelle
- S'entrainer à animer des premières réunions sur base du visuel
- Appréhender la posture de facilitateur·rice graphique pour un groupe en fonction du sujet traité, du contexte, du moment, des personnes à qui il·elle s'adresse et de l'objectif
- Développer son écoute active et sa capacité à filtrer les données essentielles

MÉTHODE

Essentiellement pratique et basée sur une pédagogie participative, la formation proposera à côté des moments d'expérimentation, des repères théoriques et méthodologiques, dans un cadre détendu. La formation proposera également des ressources pour aller plus loin.

FORMATRICE

Christelle MESSIANT
Formatrice et consultante en communication visuelle

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2322	Ligue de l'Enseignement et de l'Education permanente	LEEP	rue de la Fontaine 2 1000 Bruxelles	18-04-23 19-04-23 25-04-23	3	09:30 - 16:30

Animer, c'est aussi créer une dynamique de groupe positive pour favoriser la cohésion

CIBLE

Les responsables de petites et moyennes équipes, de groupes de travail, de projets… toute personne amenée à gérer une équipe

OBJECTIFS

- Déterminer les points forts et les points à améliorer quant à la façon d'interagir au sein d'un groupe
- Déterminer des moyens pour consolider les acquis et améliorer les points faibles quant à la façon d'interagir au sein d'un groupe
- Expliquer les caractéristiques du fonctionnement des groupes et les éléments de dynamique de groupe qui s'y rapportent
- Créer une dynamique de groupe positive et ainsi favoriser la cohésion
- Développer les compétences en animation de groupes

CONTENU

Cette formation permettra aux participant·e·s de mieux se connaître dans leur approche personnelle des activités de groupe. Cette connaissance d'eux·elles-mêmes leur permettra de mieux aborder les autres participant·e·s et ainsi de construire ensemble un groupe efficace dans la réalisation des tâches qui leur seront présentées pendant le reste de la formation mais également de développer une dynamique de groupe propice à la cohésion.

- Apprendre à se connaître
- Construire un groupe efficace
- La dynamique des groupes
- Contextualisation des éléments vus les deux jours précédents sur base de jeux de rôles et de activités de groupes

MÉTHODE

Dans cette formation, nous travaillerons à partir de l'expérience de chacun·e et de situations vécues. Nous ferons des activités de groupes et des jeux de rôle afin d'affiner la possibilité d'être à l'écoute de la position des autres, d'identifier nos ressources, nos résistances et nos limites ainsi que de développer les compétences liées à la thématique.

FORMATEUR

Marcel BLOCHOUSSE
Psychopédagogue, spécialiste de la formation d'adultes et formateur de formateurs.
Responsable de services formation et chef d'équipe (formateur CECOTEPE)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2323	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	05-10-23 06-10-23 19-10-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN142	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	3

Prendre la parole en public

CIBLE

Toute personne amenée à parler en public

OBJECTIFS

- Organiser ses idées et clarifier son objectif de communication
- Utiliser les supports de présentation appropriés au message et au public
- Renforcer sa confiance en soi face au public, mieux gérer le trac et le stress

CONTENU

- Structuration des idées : définition de l'objectif de la présentation publique, collecte de l'information, appel aux spécialistes
- Les différents modèles de construction du plan de la présentation et de la conclusion
- Travail sur les supports de présentation (document écrit, diaporama, vidéo, bande sonore)
- Le corps comme outil d'expression : les éléments verbaux et non verbaux de la communication
- Adaptation du message aux différents types d'auditoires
- A la recherche du style personnel. Trucs et astuces
- Gestion du stress et du trac face au public, au micro, au téléphone, à la caméra
- Respiration, diction et entraînement. La nécessité de l'aide-mémoire et de la formule-clé
- Approche de la communication destinée aux médias dans les conférences de presse, l'interview écrite et audiovisuelle (dont la communication par téléphone)

MÉTHODE

La méthode sera participative et inductive ; elle comportera de nombreuses mises en situation. La formation reposera sur les demandes spécifiques des participant·e·s et leurs connaissances actuelles de la prise en parole en public.

FORMATEUR

Jean-Luc VERCAEMST
Licencié en communication, formé en gestion du non-marchand, responsable de formations chez Emancipe

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2324	Emancipe asbl	Emancipe asbl	rue Luther 52 1000 Bruxelles	15-03-23 22-03-23 29-03-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN143	Emancipe asbl	3

Accompagner, sensibiliser un public-cible face à des questions touchant à la sexualité

CIBLE

- Pas de prérequis hormis un réel intérêt sur les questions touchant à la sexualité
- Peut concerner à la fois les praticien·ne·s du social, de la relation d'aide ou ayant une dimension éducative

OBJECTIFS

- Pouvoir aborder les questions relatives à la sexualité de façon globale et spécifique
- Etablir un dialogue respectueux mais sans tabou face à la sexualité
- Assurer face à des questions de ce qu'est une sexualité normale et de pouvoir en parler
- Pouvoir construire un projet éducatif individuel ou de groupe dans le domaine de l'animation face à la sexualité
- Chercher et utiliser des outils d'animation appropriés

CONTENU

- Comment établir un dialogue respectueux mais sans tabou ni jugement ?
- Comment construire un projet éducatif individuel ou de groupe face aux questions sur le sujet ?
- Comment les aborder de façon globale et spécifique ?
- Y a-t-il des outils d'animation appropriés ?
- Est-ce qu'il y a une sexualité dite «normale» ?

Il s'agira donc ici d'alimenter son bagage de réponses

- La sexualité humaine et construction de l'image de la sexualité à travers les âges
- La sexualité sous l'angle physique, biologique, psychologique, social et mental
- Le vécu de la sexualité féminine et masculine
- Les notions de plaisir, de désir, de pulsions
- Le rôle des fantasmes dans l'imaginaire sexuel
- La référence à la sexualité sous l'angle psychanalytique
- Les orientations sexuelles
- Les sexualités alternatives
- Regard sur la pornographie
- Les questions de genre face à la sexualité
- Les «normes» en matière de sexualité
- Les troubles de la sexualité, le harcèlement sexuel
- La communication autour de la sexualité
- Construction d'un référentiel verbal minimal pour accompagner, pour établir un projet éducatif avec des publics-cibles, pour établir un dialogue ouvert,respectueux et sans tabous
- Découvrir des outils d'animation pédagogique face à la sexualité

MÉTHODE

Exposés, temps d'échanges, partage d'expériences, supports audiovisuels, exercices, notes de cours et références utiles

FORMATEUR

Serge LECOQ

Assistant social, licencié en sciences de la famille et de la sexualité, formation et pratique thérapeutique, enseignant en hautes Ecoles en travail social (Namur et Liège), formateur dans le cadre de modules de formation continuée

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2344	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	14-03-23 28-03-23	2	09:00 - 17:00

La vie affective et sexuelle de la personne âgée en MR et MRS

CIBLE

Toute personne se sentant touchée ou impliquée par la question de la vie affective et sexuelle de la personne âgée y trouvera sa place, quelle que soit sa fonction ou sa qualification

OBJECTIFS

- Conscientiser les mécanismes de défense mis en place par l'entourage (soignant·e·s et proches) concernant les besoins affectifs et sexuels des personnes âgées
- Pratiquer une écoute respectueuse des besoins affectifs des personnes âgées
- Comprendre la sexualité des personnes âgées
- Appréhender les comportements inadéquats
- Mener les participant·e·s à une réflexion personnelle sur les possibilités offertes aux personnes âgées de vivre leur vie affective en maison de repos

CONTENU

Les personnes âgées doivent faire face à de nombreux obstacles, tels que : la détérioration de la santé, les préjugés culturels et moraux, les pressions sociales, mais aussi la non-reconnaissance au droit à la sexualité, le manque d'intimité en institution, le vieillissement corporel, le regard désapprobateur de la société. Comment avoir une attitude bienveillante dans ce contexte ?

Afin de travailler cette thématique, au départ des pratiques et questionnements des participant·e·s, les sujets suivant seront explorés : la sexualité de la personne âgée et les éventuels malaises/tabous, comment accompagner la personne avec ses besoins et son corps vieillissant, mettre en lumière les comportements inadéquats, les possibilités offertes aux personnes âgées de vivre leur émotivité et affectivité en maison de repos.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATEUR·TRICE

Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse. Françoise accompagne des équipes soignantes dans différents types d'institutions.

Paolo DOSS
Formateur, conférencier, auteur-metteur en scène-interprète, clown en hôpital.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2345	CEFEM	Auberge de jeunesse	avenue Félicien Rops 8 5000 Namur	24-04-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN144	CEFEM	1

La sexualité de nos aîné.es, entre mythe et réalité

CIBLE

Toute personne confrontée à cette thématique sur son lieu de travail

OBJECTIFS

- Oser mettre des mots sur ce sujet tabou
- Connaître l'évolution du corps et in fine, de la sexualité, avec l'âge
- Proposer des adaptations, services et accessoires permettant de répondre aux besoins des plus âgé·e·s
- Contextualiser le rapport à la sexualité des aîné·e·s

CONTENU

Cette formation d'une journée s'articulera autour de 3 grands axes :

- La sexulatité des aîné·e·s, entre mythe et réalité : (dé)construire notre vision de la sexualité à travers les âges et les genres mais également prendre conscience des impacts de toutes les injonctions sociétales autour de la sexualité
- Comment parler de sexualité ? se familiariser avec ce sujet afin d'être plus à l'aise, pour ce faire, vous vous prêterez notamment à des exercices
- Quelles pistes leur proposer ? Prendre connaissance des différentes pistes concrètes pouvant être proposées aux aîné·e·s (services, adaptations, accessoires, etc.)

MÉTHODE

Cette formation propose une pédagogie interactive et participative, basée sur :

- Des éclairages théoriques
- De l'échange de pratiques
- De l'expérimentation

FORMATRICE

Céline RASE

Formatrice et superviseuse au Ceform asbl. Psychologue de formation, d'orientation systémique. Expérience dans l'accompagnement à domicile, dans l'accompagnement d'équipes du non marchand ainsi qu'en pratique privée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2346	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	27-06-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN145	CEFORM	1

Cancer, soins palliatifs et sexualité

CIBLE

- Personnel hospitalier
- Personnel des maisons de repos
- Personnel de services d'aide et de soins à domicile

OBJECTIFS

- Comprendre et accompagner les répercussions sexuelles d'une personne souffrant d'un cancer ou d'une personne en soins palliatifs
- Tenir compte de ces répercussions sur le vécu du·de la partenaire
- Comprendre et accompagner la vie sexuelle des résident·e·s en maison de repos

CONTENU

Alors que les traitements oncologiques modifient la sexualité chez 75% des patients, la vie intime et la sexualité sont peu abordées spontanément par les patient·e·s et les professionnel·le·s de la santé. Pourtant, une prise en charge multidisciplinaire incluant tous les acteurs·trices de la santé permet de réduire l'effet délétère des traitements oncologiques sur la sexualité.

- Sexualité et cancer.
  - Répercussion de la maladie et des traitements sur la sexualité.
    - Les effets de l'annonce de la maladie (choc, dépression, angoisses, tensions familiales et conjugales, etc.)
    - Les effets secondaires de la chimiothérapie
    - Les effets secondaires de la radiothérapie dans la région pelvienne
  - Le vécu et l'accompagnement du·de la patient·e
    - Éléments d'onco-sexologie
    - L'image de soi et du corps
  - Le vécu et l'accompagnement du couple
    - Compréhension ou incompréhension
    - Éléments de communication dans le couple
    - L'exploration des formes de plaisir et d'intimité
- Sexualité et soins palliatifs.
  - Les symptômes susceptibles d'affecter leur sexualité
  - Les éléments de soins qui interfèrent la vie intime
- Sexualité et maison de repos
  - Les contraintes institutionnelles faisant obstacle à la vie sexuel des résident·e·s
  - Les stéréotypes à propos de la sexualité des personnes âgées
  - Propositions concrètes pour aborder le thème de la sexualité en maison de repos et garantir une intimité

MÉTHODE

La formation alliera des temps d'exposés théoriques avec des temps de partage et d'analyse de situations amenées par les participant·e·s.

- Exposés théoriques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s
- Propositions de pistes concrètes

FORMATRICE

Daphné GRULOIS

Psychologue et formatrice, elle travaille depuis 20 ans en milieu hospitalier

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2347	Synapsi asbl	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	13-11-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN146	Synapsi asbl	1

Le grand méchant jeu vidéo : formation en distanciel

CIBLE

Tout·e travailleur·euse du secteur de l'animation, aux professionnel·le·s de l'accueil d'enfants et de jeunes, désireux·euse de s'interroger sur la notion d'intelligence collective au profit du travail d'équipe

OBJECTIFS

- Répondre aux stéréotypes et aux idées reçues les plus courantes concernant le jeu vidéo
- Utiliser le jeu vidéo comme outil pédagogique pour développer une discussion sur une thématique forte
- Fournir des exemples de jeux vidéo qui transmettent des valeurs ou un message moral

CONTENU

Présentation de quelques jeux vidéo à caractère poétique, militant, éducatif, expressif, coopératif… (Chômeur blaster, paper's please…) et de projets qui utilisent le jeu vidéo en classe comme support pédagogique (Stronghold, Minecraft…). Qu'en pensez-vous ? Seriez-vous prêt·e·s à utiliser le jeu vidéo avec un groupe de jeunes que vous animez, si vous en aviez les moyens ? Est-ce que ça change votre vision du jeu vidéo ou est-ce que vous aviez déjà toutes ces alternatives en tête ?

Tour d'horizon des jeux vidéo les plus populaires auprès des jeunes. Le groupe les observe pour tenter d'en dégager des caractéristiques communes (esthétiques, mécaniques, thématiques). Questionnement en groupes de parole autour de ces différents « blockbusters » du jeu vidéo : comment se réapproprier en classe/en groupe ces intérêts des jeunes pour le jeu vidéo ? Dans quel nouveau contexte pourrait-on les placer pour en proposer un usage pédagogique ? À la lumière de cette diversité, on se rend compte que tous les jeux vidéo ne rendent pas asociaux, violents… Thématique de l'immersion, traitement par les médias traditionnels, vertus de la réalité virtuelle…

MÉTHODE

- Travail participatif : découverte des jeux vidéos
- Apports théoriques qui seront transposés ensuite en pratique via le second module en présentiel
- Concertation, partage actif
- Au terme de la formation, chaque participant·e recevra un document récapitulatif des références sur les thèmes abordés

FORMATEUR

Boris KRYWICKI

Animateur et formateur au sein du réseau C-paje, et ce depuis 6 ans. Journaliste de formation, il a toujours été habitué à toucher à tout : écriture, web, vidéo, son, jeu de société, Youtube… En plus de son travail au C-paje, il rédige des sujets pour la revue Médor et officie dans un laboratoire de l'Université de Liège spécialisé dans le jeu vidéo

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Jour	Horaire
F2325	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	En visioconférence	20-11-23	1	09:00 - 16:00

Devenez formateur.trice !

CIBLE

Toute personne amenée à transmettre un savoir à des adultes, de façon systématique ou occasionnelle, avec ou sans expérience préalable.

OBJECTIFS

- Cibler son programme de formation pour atteindre les objectifs poursuivis
- Concevoir son programme en fonction des étapes d'apprentissage
- Faciliter l'apprentissage des adultes par des méthodes appropriées et variées
- Utiliser à bon escient les différents outils pédagogiques
- Gérer un groupe en s'adaptant aux différents types de participant·e·s

CONTENU

Les 3 dimensions du·de la formateur·trice : orateur·trice, animateur·trice, pédagogue

- Tenir compte des conditions et facteurs d'apprentissage chez l'adulte
- Définir des objectifs pédagogiques
- Appliquer les méthodes et techniques d'enseignement actives
- Construire un exposé en s'assurant de l'impact du contenu
- S'approprier les outils et supports pédagogiques
- Gérer le groupe et les interventions individuelles
- Découvrir les ressources du travail en groupe pour une meilleure participation
- Comment formuler des remarques de façon positive, constructive ?
- Faire face aux participant·e·s spécifiques

MÉTHODE

Méthodes essentiellement interactives : informations théoriques, exercices pratiques, débats, jeux de rôle, analyses de situations réelles, exploitations du vécu des participant·e·s, échanges d'expériences, recherches de solutions appropriées aux problèmes amenés par les participant·e·s, tests d'autoévaluation, observations et analyses des comportements, du langage, de la gestuelle à travers des documents visuels, présentations individuelles filmées, exercices de recadrage…
Une clé USB avec la vidéo de la prestation filmée de l'apprenant·e lui sera remis en fin de formation.

FORMATRICE

Caroline HAMAIDE

Formatrice en communication interpersonnelle, en charge de la formation de formateur·trice, de diverses formations touchant aux soft skills, au people management, à la prise de parole... majoritairement pour des travailleur·euse·s des secteurs non-marchands et pour des chercheur·euse·s d'emploi. Longue expérience diverse en communication et journalisme.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2326	Bruxelles Formation | BF entreprises	Bruxelles Formation | BF entreprises	rue de Stalle 67 1180 Bruxelles	16-03-23 23-03-23 30-03-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN147	Bruxelles Formation | BF entreprises	3

Conception et animation de formations à distance efficaces et participatives

CIBLE

Notre formation s'adresse prioritairement aux opérateur·trice·s du secteur associatif en charge d'assurer des formations en ligne à destination de publics variés et pour lesquels la mobilisation des apprenant·e·s est une condition de réussite

OBJECTIFS

- Intégrer les bases pédagogiques de la conception d'une formation à distance
- Intégrer les fonctionnalités des plateformes visio et outils d'interactivité
- Rendre ses formations à distance interactives et vivantes
- Enrichir sa bibliothèque d'activités ludopédagogiques en ligne
- Élaborer un plan de formation au regard des objectifs d'apprentissage et de son public

CONTENU

- Concevoir des formations à distance vivantes, interactives, cohérentes au regard des objectifs pédagogiques et adaptées à son public.
- Développer sa maîtrise des outils du distanciel et enrichir sa bibliothèque d'activités ludopédagogiques en ligne
- Identifier les différents types de formation à distance, avantages et inconvénients
- Connaître et s'adapter à son public
- Maîtriser sa plateforme visio et expérimenter divers outils d'interactivité en ligne
- Principes d'alignement pédagogique
- Travail en sous-groupes sur des fiches-formations, test en plénière d'une activité et feedback collectif
- Travail sur le plan de la formation et les activités, test en plénière et feedback collectif
- Débrief et recommandations

MÉTHODE

Apprentissage par l'expérimentation, le co-développement, le partage d'expérience et l'intelligence collective.
Nous vous donnons les clés pour optimiser la motivation, la participation et l'acquisition des apprentissages des personnes formées.
Différentes méthodes utilisées, selon le principe de l'isomorphisme : mises en situation à travers des activités ludopédagogiques ; travail en binôme, pour l'élaboration, en classe inversée, d'un projet de formation, travail en sous-groupes, activités ludiques et feedback collectif.

FORMATRICE

Anne-Laure TARBE
Eco-conseillère et biologiste, 20 ans d'expérience en formation d'adultes. Solide expérience en ingénierie de formation et en design pédagogique. Amoureuse des techniques créatives, convaincue par la ludopédagogie et les intelligences multiples, elle est responsable de l'implémentation des innovations pédagogiques dans l'ensemble des formations de l'IEC.

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Jours	Horaire
F2327	Institut Eco-Conseil	En visioconférence	12-04-23 26-04-23 31-05-23	3	09:00 - 17:00 09:00 - 12:00 09:00 - 12:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN148	Institut Eco-Conseil	3

Devenir e-formateur.trice
Un cadre, des méthodes et des outils pour booster ses compétences de techno pédagogue

CIBLE

Cette formation s'adresse à tout animateur·trice, formateur·trice, conférencier·ère désireux·euse de se donner des bases et des outils pour faire incursion dans le domaine

OBJECTIFS

- Comparer et analyser les enjeux de scénarisation et de médiatisation des possibilités d'apprentissage en e-learning ou digital learning
- Comprendre les défis du·de la techno pédagogue en termes de savoir-faire et de savoir-être
- Développer une posture de techno pédagogue : digitaliser le présentiel et/ou créer du distanciel ?
- Connaître les principes pédagogiques de préparation d'un dispositif d'apprentissage en ligne et les outils reliés
- Choisir les outils et méthodes appropriés à vos objectifs pédagogiques sur base du concept d'alignement pédagogique

CONTENU

- Développer un glossaire e-learning et sa palette d'outils en fonction des besoins
- Comparer et analyser les enjeux de scénarisation et de médiatisation des possibilités d'apprentissage en e-learning ou digital learning.
- Développer une posture de techno pédagogue : digitaliser le présentiel et/ou créer du distanciel ?
- Connaître les principes pédagogiques de préparation d'un dispositif d'apprentissage en ligne et les outils reliés.
- Choisir les outils et méthodes appropriés à vos objectifs pédagogiques sur base du concept d'alignement pédagogique.
- Apprendre à utiliser et à adapter trois documents clef d'un projet digital : le document design du projet, le gabarit pédagogique et le scénario.
- Créer son scénario d'hybridation d'une formation.
- Comprendre les principaux enjeux et grilles permettant d'animer des séances en modalité comodale (des apprenant·e·s en salle et d'autres derrière l'écran en synchrone)

MÉTHODE

- Pédagogie active – approche constructiviste
- Formation active : découverte des outils et création d'outils
- Petit devoir entre séances
- La formation se clôture par la présentation des gabarits et/ou les animations des séquences pédagogiques courtes par les apprenant·e·s. Cette méthode permet de mettre à l'épreuve les concepts, grilles et compétences acquises.

FORMATEUR

Olivier CASTIN

Psychopédagogue formé aux outils numériques associés à l'enseignement et la formation. Chargé de mission outils numériques pour le centre de formation de la Fédération des CPAS (UVCW) et techno-pédagogue pour la Haute École Libre de Bruxelles (HELB).

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Demi-jours	Horaire
F2328	STICS	En visioconférence	26-06-23 27-06-23 28-06-23 29-06-23	4	09:00 - 12:00

Accompagner les enfants dans la gestion de leurs émotions

CIBLE

Toute profession en contact avec les enfants de 0 à 12 ans : éducateur·trice·s, animateur·trice·s, assistant·e·s sociaux·ales, infirmier·ère·s, psychologues, puériculteur·trice·s...

OBJECTIFS

- Définir ce qu'est une émotion ainsi que ses composantes
- Identifier les différentes émotions et leurs fonctions
- Connaître les ressources qui facilitent la gestion des émotions
- Connaître la gestion émotionnelle selon les étapes du développement de l'enfant
- Pratiquer des outils verbaux et non verbaux pour accueillir les émotions de l'enfant : l'écoute active et la syntonie

CONTENU

Lucie pleure à la moindre contrariété. Lucas frappe quand il est en colère. Quand il est content, Thomas crie. Manon se cache quand elle a peur. Comment, nous adultes, pouvons-nous accueillir ces émotions et aider l'enfant à les apprivoiser et à les gérer?

Contenu :
Diverses activités ludiques développant la capacité des enfants et des adultes à identifier la joie, la colère, la peur et la tristesse seront expérimentées. Les notions d'émotion, de sentiment et de sensation seront aussi travaillées. Les participant·e·s découvriront quelques freins à l'expression des émotions par une approche des blocages émotionnels les plus courants. Ensuite, ils·elles pourront pratiquer l'écoute active comme outil pour accueillir les émotions de l'enfant et expérimenter plusieurs activités pour les gérer de manière non violente (activités corporelles, verbales, symboliques et mentales).

Référents théoriques (e.a.) : Daniel Goleman, Isabelle Filliozat, Sylvie Bourcier, Thomas Gordon, Claude Steiner, Isabelle Roskam, Catherine Guégen.

MÉTHODE

- Activités ludiques
- Échanges entre participant·e·s
- Synthèse théorique sur les sentiments et émotions
- Pratique d'écoute active

FORMATRICES

Guénaëlle CULOT
Master en philosophie, Equicoach, Formatrice à l'Université de Paix

Julie DUELZ
Licenciée en psychologie spécialisée en éducation, Formatrice à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2329	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	06-04-23 07-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN149	Université de Paix asbl	2

Faire face à l'agressivité sur le web

CIBLE

Tout·e professionnel·le ayant affaire à un ou plusieurs jeunes (enfants, adolescent·e·s) : éducateur·trice, animateur·trice, psychologue, médiateur·trice, pédagogue, assistant·e social·e...

OBJECTIFS

- Comprendre les différences entre relations en ligne et hors ligne
- Identifier les facteurs qui favorisent l'agressivité en ligne
- Expérimenter la transposition d'outils de gestion de conflits aux relations en ligne (écoute empathique, affirmation de soi, réponse à la critique, appel au cadre...) et interroger leur pertinence
- Construire ensemble des pistes pour y faire face, en clarifiant les objectifs, les enjeux, les contraintes et les ressources

CONTENU

Commentaires haineux, cyberharcèlement, dialogues de sourds et autres échanges de noms d'oiseaux... Les interactions sur Internet ne sont pas toujours constructives, bienveillantes et sereines. Si les relations en ligne ne se résument pas à cette agressivité, elles n'y dérogent pas cependant. Dès lors, comment y faire face ?

Contenus

- Les relations sur les médias sociaux : risques et usages (généralités)
- Biais, polarisation et réactivité émotionnelle
- Principe d'économie du débat : asymétrie des idioties, effet Streisand, agenda setting…
- Facteurs qui favorisent l'agressivité en ligne : cockpit, dortoir, boule de neige...
- Sensibilisation à des outils communicationnels de base et à la communication de crise : we know, we do, we care...
- Possibilités techniques

MÉTHODE

- Apports théoriques
- Réflexion individuelle et en grand groupe
- Mises en situation

FORMATEURS

Frédéric DUPONCHEEL
Éducateur spécialisé A1, formateur à l'Université de Paix

Julien LECOMTE
Master en communication, formateur à l'Université de Paix

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2330	Université de Paix asbl	Université de Paix asbl	boulevard du Nord 4 5000 Namur	24-05-23	1	09:30 - 16:30

Education aux médias: journaux d'information, réseaux sociaux

CIBLE

Tout·e travailleur·euse du secteur de l'animation, aux professionnel·le·s de l'accueil d'enfants et de jeunes, désireux·euse·s de s'interroger sur la notion d'intelligence collective au profit du travail d'équipe.

OBJECTIFS

- Apprendre à utiliser et décoder de manière critique les productions des différents médias dans une perspective citoyenne
- Écoute active des participant·e·s, de leur réalité de terrain et des perspectives/questionnements quant à la transposition
- Prendre connaissance des outils et informations en la matière pour accompagner l'expression et la production médiatique des jeunes de manière collective et individuelle
- Apprendre à situer les médias et les réseaux sociaux dans les pratiques quotidiennes du travail socio-culturel
- Développer un regard critique sur l'information (et son immédiateté), évaluer la qualité et la fiabilité des sources et remettre en question les stratégies et les intérêts de ceux qui nous informent

CONTENU

- Brainstorming/Discussion introductive : Création collective d'une Mind Map autour de la question « À quoi sert l'éducation aux médias ? », en accord avec les 4 compétences définies par le CSEM (lecture, écriture, navigation, organisation) et les 3 thématiques de la formation. Réflexion sous-jacente : qu'est-ce qu'un média ?
- Amorce de la première thématique (médias d'information) : réponse individuelle et anonyme à deux questions (« Quels médias d'information consultez-vous ? » ; « Quels médias d'information consultent les jeunes ? »)
- Panorama de la diversité médiatique et cataloguage d'outils et de sources aussi inspirants qu'utiles : consultation d'un Padlet sur la presse alternative et/ou indépendante. Alimentation de ce Padlet par les participant·e·s.
- Création numérique ou plastique des participant·e·s pour illustrer l'envie d'une bulle d'air médiatique, matérialiser nos attentes en tant que public et réfléchir à la notion de ligne éditoriale
- Construction collective d'une grille d'analyse médiatique adaptée au travail avec les jeunes
- Introduction à la problématique de la publicité cachée sur Youtube

MÉTHODE

- Apports théoriques et pratiques du formateur (qui est journaliste)
- Écoute active des participant·e·s, de leur réalité de terrain et des perspectives/questionnements quant à la transposition
- Partage actif d'expériences et de retours, dans une perspective horizontale
- Participation soutenue et rythmée via les outils d'échange proposés lors de la formation et un archivage numérique des interventions permettant de les synthétiser

FORMATEUR

Boris KRYWICKI

Animateur et formateur au sein du réseau C-paje, et ce depuis 6 ans. Journaliste de formation, il a toujours été habitué à toucher à tout : écriture, web, vidéo, son, jeu de société, Youtube…

Code session	Opérateur	Lieu	Dates	Jours	Horaire
F2331	Collectif pour la Promotion de l'Animation Jeunesse Enfance	En visioconférence	09-10-23 10-10-23	2	09:00 - 16:00

Introduction à la gestion mentale

CIBLE

Formation destinée à toute personne curieuse de découvrir la Gestion Mentale et ses implications, que ce soit à titre personnel et/ou professionnel (formateurs·trice·s, coordinateurs·trice·s, travailleur·euse·s...)

OBJECTIFS

- Comprendre les processus d'apprentissage, énoncer et définir les concepts clés de la Gestion mentale
- Nommer/verbaliser les démarches cognitives en situation d'apprentissage et ainsi découvrir la diversité des profils pédagogiques (pluralité des stratégies)
- Mettre en place/appliquer les gestes d'attention et de mémorisation à différentes situations d'apprentissage
- Découvrir et pratiquer le dialogue pédagogique
- Réfléchir ensemble à des propositions concrètes de diversification pédagogique

CONTENU

Il est important de préciser que les apports théoriques seront systématiquement ancrés dans la réalité des participant·e·s; notamment via des temps de réflexion en sous-groupes, des retours sur expériences ainsi que des mises en projet concrètes.

- Les représentations traditionnelles de l'apprentissage
- Les perspectives ouvertes par la gestion mentale (fondements philosophiques et pédagogiques, valeurs fondamentales)
- Découverte des notions de base : la perception, l'évocation, le projet, les 5 gestes mentaux (l'attention, la mémorisation, la compréhension, la réflexion et l'imagination)
- Définition et différenciation des différents types d'évocation : les évocations vagabondes, les évocations spontanées et les évocations dirigées
- Focus sur les gestes d'attention et de mémorisation à travers situations concrètes
- Mise en évidence du Dialogue Pédagogique comme outil d'accompagnement et d'analyse pour découvrir ses propres procédures mentales
- Découverte et identification de ses propres mécanismes d'apprentissage ou «habitudes mentales»

MÉTHODE

Au départ des représentations des participant·e·s et de leurs connaissances, le formateur proposera une formation pratique et interactive afin d'ancrer les acquis dans la réalité de chacun·e favorisant ainsi le transfert des apprentissages.
La formation se basera sur des exposés méthodologiques, des illustrations, des études de cas et des applications personnelles en lieu avec les réalités professionnelles de chacun·e.

FORMATEUR

Christophe GARSOU

Master en sciences de l'éducation. Formateur auprès de l'asbl Formeville à Bruxelles il intervient en : Communication, Gestion de Conflit, Gestion d'équipe, Supervision pédagogique, Développement d'outils d'évaluation (tests d'entrée, de sortie, fiches d'évaluation de compétences...)..

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2332	Formeville asbl	Formeville asbl	rue Coenraets 66 1060 Bruxelles	14-03-23 21-03-23 28-03-23	3	09:00 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN150	Formeville asbl	3

Utiliser le Mind Mapping

CIBLE

Professionnel·le·s de l'éducation

OBJECTIFS

- Connaître les aspects qui caractérisent le Mind Mapping
- Savoir identifier les situations d'apprentissage où le Mind Mapping apporte une valeur ajoutée
- Savoir appliquer la forme de Mind Mapping la plus adéquate

CONTENU

- Partie I : Mind (la pensée)
  - Prendre conscience du fonctionnement de soi
  - Comprendre le fonctionnement général de la mémoire
- Partie II : Mind Map (le document)
  - Découvrir ce qu'est une Mind Map
  - Apprendre les règles de construction d'une Mind Map
  - Construire une Mind Map
  - Comprendre les corrélations avec le fonctionnement de la mémoire et les principes fondamentaux de construction de la connaissance.
- Partie III : Mind Mapping (l'activité)
  - Comprendre le lien entre fonctions cognitives, activités quotidiennes, apprentissages et Mind Mapping
  - Connaître les bénéfices et les limites de la technique ainsi que la plupart des applications possibles
- Partie IV : Mind Mapping et apprentissage (l'application)
  - Comprendre les étapes essentielles qui feront le succès de la séquence d'apprentissage avec le Mind Mapping.
  - Apprendre à adapter le Mind Mapping à des objectifs pédagogiques précis.

MÉTHODE

Le discours théorique et les activités proposés sont pensés pour que les participant·e·s gagnent en confiance et en autonomie et puissent appliquer les acquis au plus vite avec les élèves. Le déroulé se base sur trois dimensions :

- La découverte
- L'exposé
- L'entrainement

La formation repose sur l'exploitation de situations réelles vécues par les professionnel·le·s de l'éducation et leurs apprenant·e·s. De par son expérience sur le terrain, le formateur est capable de se mettre à la place des participant·e·s pour répondre à des questions concernant des situations concrètes et des objectifs précis.

FORMATEUR

Philippe PACKU

Formé aux techniques de pensée générative et analytique – et plus particulièrement au Mind Mapping – par Tony Buzan. Coach, formateur CECOTEPE.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2333	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	Maison Provinciale de la Formation	rue Cockerill 101 4100 Seraing	13-04-23 14-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

Référence	Opérateur	Jours
IN151	Centre de Coopération Technique et Pédagogique	2

Repères éducatifs selon les âges de l'enfant

CIBLE

Tout·e professionnel·le travaillant avec des enfants et adolescent·e·s (et leurs parents)

OBJECTIFS

- Connaître les grandes étapes du développement d'un enfant
- Développer une capacité d'analyse et d'observation
- Connaître les besoins d'un enfant selon son étape du développement
- Développer une relation collaborative avec les parents
- Adapter son attitude éducative en fonction du niveau de développement de l'enfant et de sa personnalité
- Repérer les signes

CONTENU

Les professionnel·le·s de l'enfance et de l'adolescence manquent parfois de repères lorsqu'ils·elles sont confronté·e·s à des comportements singuliers (émotions, agressivité, curiosité sexuelle, désobéissance, opposition, pleurs, besoin de câlins, etc.). La formation sera l'occasion de donner des clés de compréhension de ces différents comportements et de rappeler les bases de la psychologie de l'enfant et de l'adolescent·e. Cette formation est également utile pour les professionnel·le·s qui accompagnent les parents dans l'éducation de leur enfant.
Dans un premier temps, nous rappellerons les grandes étapes des développements affectif, social, intellectuel et moral : du nourrisson, de l'enfant d'âge maternel, de l'enfant d'âge primaire, de l'adolescent·e.
En fonction des attentes des participant·e·s, nous approfondirons plus particulièrement certaines périodes du développement.
Dans un deuxième temps, nous 'descendrons' sur le terrain éducatif et nous aborderons des questions concrètes selon les différentes étapes du développement.
Enfin, un troisième temps sera consacré à la collaboration avec les parents.
A cet égard, des concepts systémiques comme l'alliance, la loyauté, la partialité multidirectionnelle, les fonctions et les rôles, etc. viendront nous éclairer.
La formation laissera une large place à des situations vécues par les participant·e·s. Ces situations seront l'objet d'analyse et de supervision.

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Partage d'expériences en grand groupe et en petits groupes.
- Analyse de situations amenées par le·la formateur·trice et par les participant·e·s

FORMATEUR·TRICE

Frédéric DELVIGNE
Psychologue et psychothérapeute de famille. Il a travaillé en psychiatrie de l'enfant et dans un Service de Santé Mentale

Elodie SOLNON
Psychologue et psychothérapeute (approche systémique)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2334	Synapsi asbl	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	03-10-23 10-10-23 17-10-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN152	Synapsi asbl	3

Nos résistances face à la fin de vie : Osons en parler !

CIBLE

Tout public

OBJECTIFS

- Placer le·la résident·e au centre d'une prise en charge globale d'équipe multidisciplinaire pour lui offrir un accompagnement en fin de vie malgré toutes les difficultés personnelles et extérieures qui peuvent exister
- Réfléchir sur son propre fonctionnement, le fonctionnement de l'équipe
- Réfléchir aux divers liens au sein de l'institution, aux liens extérieurs : seconde ligne, médecins, famille…
- Après identification des freins, comment lever les obstacles afin d'offrir une prise en charge de qualité
- Prendre du recul par rapport à son vécu face à la mort

CONTENU

- Retour sur la philosophie des soins palliatifs
  - Identification des freins entre la situation présente et la situation idéalisée
- Nos peurs, nos résistances, nos émotions, nos questions, nos croyances
  - Aides et outils pour lever les obstacles
  - Outils de communication, de présence avec authenticité

MÉTHODE

Basée sur le vécu, attentes et connaissances du groupe. Méthodes et ateliers de pédagogies actives afin de favoriser les échanges et la communication dans le groupe.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN153	Formations Repère	1

Aspects psychologiques des personnes en fin de vie

CIBLE

- Personnel de maison de repos
- Personnel hospitalier
- Personnel de services d'aide et de soins à domicile

OBJECTIFS

- Comprendre et accompagner les aspects psychologiques de la personne en fin de vie
- Prendre conscience de ses propres résistances dans l'accompagnement d'une personne en fin de vie
- Savoir s'ajuster aux émotions fluctuantes d'une personne en fin de vie
- Accompagner l'entourage d'une personne en fin de vie
- Se familiariser avec les principes et la philosophie des soins palliatifs

CONTENU

- L'annonce d'un diagnostic
  - Les réactions possibles du·de la patient·e : déni, anesthésie émotionnelle, choc émotionnel, sidération, débordement émotionnel, etc.
  - Les tentations du·de la soignant·e : déni du registre émotionnel, précipitation, fausse réassurance, rationalisation, mensonge, omission, etc.
  - Soigner le cadre de l'annonce : lieu, moment, durée, personnes présentes, etc.
  - Les points de vigilance : poser des questions, rappeler des faits, comprendre l'état d'esprit du·de la patient·e, annoncer progressivement les résultats...
- L'accompagnement de la fin de vie
  - Les mécanismes de défense des patient·e·s face à l'angoisse (déni, isolation, projection agressive, etc.)
  - Les mécanismes de défense des soignant·e·s (rationalisation, fuite en avant, banalisation, etc.).
  - L'ajustement de nos attitudes face aux émotions changeantes du·de la patient·e (peur, colère, angoisse, désespoir, frustration, perte de contrôle, culpabilité).
  - L'accompagnement des familles et des enfants
  - Les spécificités de l'accompagnement d'un·e patient·e en soins palliatifs.

MÉTHODE

La formation alliera des temps d'exposés théoriques avec des temps de partage et d'analyse de situations amenées par les participant·e·s.

- Exposés théoriques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s
- Propositions de pistes concrètes

FORMATRICE

Daphné GRULOIS

Psychologue et formatrice. Elle travaille depuis 20 ans en milieu hospitalier. Spécialisée dans l'accompagnement de personnes en fin de vie et/ou atteints de maladies graves, elle anime des formations et des supervisions d'équipe à destination de professionnels de la santé.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2355	Synapsi asbl	Centre Sportif de la Plaine des Coquerées	rue des Coquerées 50A 1348 Ottignies Louvain-la-Neuve	21-03-23 04-04-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN154	Synapsi asbl	2

Annoncer et accompagner les mauvaises nouvelles, un défi pour le.la soignant.e ?

CIBLE

Les professionnel·le·s concerné·e·s par le processus d'annonce et d'accompagnement d'une mauvaise nouvelle : les soignant·e·s mais aussi toute personne impliquée dans la relation d'aide : assistant·e·s sociaux·ales, psychologues…

OBJECTIFS

- Acquérir des pistes et outils pour annoncer (pour le·la médecin) et accompagner (pour les autres soignant·e·s et accompagnant·e·s) une mauvaise nouvelle
- Analyser ses expériences ultérieures et faire évoluer sa pratique
- Prévoir le moment le plus adéquat pour planifier cette annonce
- Anticiper et comprendre ce qui se joue chez le·la patient·e lors de l'annonce
- Prendre conscience, pour le·la professionnel·le, de ses propres émotions, attitudes et de leur impact dans sa relation au·à la patient·e

CONTENU

- L'annonce et l'accompagnement d'une mauvaise nouvelle : aspects généraux
  - Un contexte législatif, politique et sociétal en évolution
  - La relation soignant·e – patient·e comme toile de fond déterminante
- L'annonce et l'accompagnement d'une mauvaise nouvelle : côté patient·e
  - Que signifie être informé·e, pour un·e patient·e ? Que veut-il·elle savoir et jusqu'où ? L'ambivalence entre désir de savoir et peur de connaître
  - Le vécu des patient·e·s et les réactions émotionnelles
- L'annonce et l'accompagnement d'une mauvaise nouvelle : côté professionnel
  - Les émotions vécues et les processus psychiques sous-jacents au vécu émotionnel
  - Quelques mécanismes de défense
  - Les stratégies d'adaptation et de régulation émotionnelle
  - Trouver la juste distance
- Le protocole Buckman comme fil conducteur de l'annonce
  - Présentation des six étapes destinées à améliorer les conditions d'annonce de mauvaises nouvelles
- Exercices de mise en pratique et d'exploitation des outils transmis
  - Par l'échange, les participant·e·s repartent des situations problème amenées en début de journée et les revisitent à la lumière des outils reçus.
  - Par le jeu de rôle, ils·elles s'exercent à l'acquisition de nouvelles postures.

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Echanges d'expériences en sous-groupes
- Mise en situation

FORMATRICE

Sabine VASSART

Assistante Sociale, licenciée en Sciences de la Famille et de la Sexualité, formée à la thérapie familiale

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2356	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	02-06-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN155	SARAH asbl	1

Approfondissement de la formation «Vous avez dit Alzheimer?»

Training en 3 journées

CIBLE

Tous·toutes les professionnel·le·s accompagnant des personnes âgées, travaillant dans le soin ou pas, prioritairement en institution

OBJECTIFS

- Élargir sa vision des comportements présentés par les résident·e·s au vieillissement cognitif difficile
- Accompagner avec suffisamment de compréhension pour limiter et désamorcer l'occurrence des difficultés
- Créer, progressivement, une relation vraie et bilatérale avec les résident·e·s en difficulté
- Organiser son travail pour respecter les besoins d'intimité, de participation, de tranquillité ou d'action des résident·e·s
- Entendre et comprendre le vécu des familles

CONTENU

- Vous avez dit « agressivité » ? Les comportements troublants : causes et pistes d'action
  - Elargir notre vision des causes des comportements vécus difficilement par les proches et les professionnel·le·s
  - Comprendre l'influence des contextes sociétaux et des lésions cérébrales
  - Découvrir une multitude de facteurs d'influence ; les investiguer, les comprendre et essayer de les ressentir
- Accompagner au quotidien les personnes âgées au vieillissement cognitif difficile
  - Comprendre le vieillissement cognitif difficile et son impact sur la communication verbale et non verbale en termes d'expression et de compréhension
  - L'impact de l'organisation et de la communication sur les personnes au vieillissement cognitif difficile
  - Toucher, intimité, proxémies : comprendre le vécu pour m'adapter - Exercices et partage
  - Questionnons nos pratiques au quotidien : l'organisation des toilettes, des repas et des mises aux toilettes : comment soutenir les capacités, l'autonomie et l'intimité et respecter le rythme des résident·e·s dans un cadre collectif ? Exercices et partage.
- Accompagner des personnes au vieillissement cognitif difficile : quel impact sur les soignant·e·s et les proches ?

MÉTHODE

Critiques de vidéos et de témoignages, travail sur des vignettes cliniques, exercices de mise en situation – la théorie est apportée par le biais des exercices.

FORMATRICE

Maud LASTELLE
Psychologue clinicienne et psychothérapeute

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2357	Le Bien Vieillir Asbl	Le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	16-03-23 23-03-23 30-03-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN156	Le Bien Vieillir Asbl	3

Outils théoriques pour prendre soin des personnes souffrant de troubles cognitifs

CIBLE

Toute personne professionnelle ou volontaire qui désire s'informer de différents outils théoriques concernant le « prendre soin » et d'un accompagnement de qualité dans le « prendre soin »

OBJECTIFS

- Sensibiliser et informer sur d'autres pratiques de « prendre soin »
- Se questionner et réfléchir aux différentes pratiques actuelles dans les soins aux personnes âgées souffrant de troubles cognitifs
- Initier à quelques outils concrets pour le « prendre soin »
- Replacer le·la soignant·e dans un rôle d'acteur·trice responsable
- Re-activer une motivation face au prendre soins parfois éteinte ou atténuée

CONTENU

- Chaque approche (Montessori Senior, l'Humanitude®, la Validation, snoezelen ou autre) sera abordée expliquant l'origine, les fondements, les caractéristiques de la méthode.
- La manière d'intégrer l'approche de soin dans la réalité du terrain sera discutée sous plusieurs angles (organisationnel, comportemental, environnemental…)

MÉTHODE

- Approche théorique sur les différentes méthodes
- Réflexions et discussions en vue de mettre en pratique ces outils sur le lieu de travail
- Illustration des approches et attitudes proposées à l'aide de séquences vidéo
- Interactions dynamiques entre la formatrice et les participant·e·s.

FORMATRICE

Charlotte DEJEHANSART

Infirmière spécialisée en santé communautaire et qualifiée en éducation de la personne diabétique et en gériatrie, détentrice d'un master en santé publique. Forte de diverses expériences en psychiatrie, diabétologie, oncologie et gériatrie dans divers hôpitaux, elle mobilise aujourd'hui ses connaissances en activant les équipes autour des thématiques de santé communautaire et problématiques liées à la personne âgée, le·la patient·e porteur de maladie(s) chronique(s), l'accompagnement de fin de vie.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2358	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	21-03-23 28-03-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN157	SARAH asbl	2

Vous avez dit Alzheimer? Comprendre et accompagner les personnes ayant des difficultés cognitives

CIBLE

Toute personne accompagnant des personnes âgées, travaillant dans le soin ou pas, à domicile ou en institution.

OBJECTIFS

- Nuancer sa vision de ce qu'on appelle maladie d'Alzheimer
- Comprendre l'impact des lésions cérébrales sur le fonctionnement de la personne concernée
- Développer des pratiques qui soutiennent les capacités et pallient aux difficultés
- Comprendre le vécu des personnes en difficultés cognitives
- Savoir répondre à la désorientation spatiale et temporelle de manière bienveillante

CONTENU

- Comprendre ce qu'on appelle « maladie d'Alzheimer » et les débats actuels : maladie ? vieillissement cérébral plus compliqué ? Conséquences des différentes visions sur la manière dont j'accompagne les personnes concernées;
- Comprendre le vécu des personnes concernées et de leurs proches : diagnostic sentence ou clé de compréhension pour les problèmes vécus; diagnostic précoce, quelles conséquences ?
- Comprendre le fonctionnement de la personne concernée : impact des lésions cérébrales sur les systèmes de mémoire à court et long terme, la communication, la reconnaissance et l'usage des objets, l'orientation dans le temps et dans l'espace, etc. Mise en évidence des capacités préservées et des capacités mises en difficultés
- Illustrations et mises en pratique sur base de situations vécues et de personnes rencontrées par les différents professionnel·le·s présent·e·s ;
- Pistes d'action pour les différent·e·s professionnel·le·s présent·e·s, pour accompagner dans le respect en me basant sur les capacités préservées tout en palliant aux difficultés rencontrées. Exemples dans la pratique quotidienne des participant·e·s.

MÉTHODE

Critiques de vidéos et de témoignages, travail sur des vignettes cliniques, exercices de mise en situation – la théorie est apportée par le biais des exercices.

FORMATRICE

Dorothée FEYERS

Docteur en psychologie, elle s'est récemment formée à l'hypnose. A la suite de sa thèse, elle a travaillé pendant plus de deux ans comme chercheuse à L'Université de Liège au Centre de Recherches du Cyclotron et dans le service de Psychologie de la Sénescence. Elle a ensuite choisi d'orienter sa carrière vers une pratique plus clinique.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2359	Le Bien Vieillir Asbl	Le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	11-04-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN158	Le Bien Vieillir Asbl	1

La maladie d'Alzheimer

CIBLE

Tout·e professionnel·le du non-marchand

OBJECTIFS CONTENU

- Définir les différents stades d'évolution et les symptômes fonctionnels caractéristiques de la maladie d'Alzheimer
- Décrire les troubles physiques et psychopathologiques caractéristiques de la maladie (agitation, agressivité, apathie, confusion spatio-temporelle, aphasie, dépression, etc.)
- Distinguer les différents troubles du comportement et de l'humeur occasionnés par la maladie
- Observer les signes d'évolution de la maladie
- Déterminer les moyens de prévention et d'aménagement de l'espace afin d'éviter des sources d'accidents potentiels
- Adopter des attitudes de bientraitance envers les personnes atteintes de la maladie
- Adopter des stratégies de communication et d'information adéquates en tant que professionnel·le en fonction de la situation auprès des patient·e·s Alzheimer
- Gérer des situations d'agressivité et d'angoisse inhérentes à la maladie en tant que professionnel·le
- Transmettre des pistes, des stratégies de communication pour l'entourage des malades d'Alzheimer

MÉTHODE

Alternance continuelle entre théorie et pratique (exercices de groupe ou individuels) : autodiagnostics, analyse de situations professionnelles concrètes des participant·e·s, mises en situation, jeux de rôle, cas pratiques….dans la bienveillance et le non jugement.

FORMATRICES

Aurore LINCE

Forte de sa licence en travail social, de plusieurs années de travail dans l'intérim et comme conseillère en orientation professionnelle au FOREM, Aurore Lincé enseigne aujourd'hui dans le domaine des soins aux personnes.

Coralie MENGAL

Coralie Mengal, quant à elle, est infirmière et enseigne cette matière depuis plus de 10 ans à des (futurs) professionnel·le·s du secteur des services aux personnes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2360	EIC Andenne	EIC Andenne	rue Adeline Henin 1 5300 Andenne	02-10-23 09-10-23 19-10-23	3	08:30 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN159	EIC Andenne	3

Pratiques relationnelles avec des personnes souffrant de maladies mentales

CIBLE

Tout·e professionnel·le du non-marchand

OBJECTIFS

- Avoir une connaissance théorique plus précise des différentes 'maladies mentales'
- Dégager des repères en matière de pratiques relationnelles avec des personnes souffrant de 'maladies mentales'
- Identifier les attitudes aidantes et non aidantes
- Clarifier les limites et les conditions de notre accompagnement
- Connaître les systèmes de soins psychiatriques et psychothérapeutiques, et développer des collaborations

CONTENU

Quel que soit le secteur dans lequel on travaille, nous sommes régulièrement confrontés à des personnes émotionnellement 'troublées', psychologiquement 'perturbées', aux comportements 'bizarres'. Parfois nous avons connaissance d'un suivi psychiatrique. Mais la collaboration avec le monde médical se résume à de très brefs contacts. Parfois nous entendons des mots comme 'schizophrénie', personnalité 'borderline', 'trouble bipolaire', 'troubles de la personnalité', etc. Mais cela ne guide pas vraiment notre accompagnement. Parfois, nous ne savons rien.

Nous restons dès lors avec nos questions concrètes : que dois-je faire face à l'agressivité d'un·e bénéficiaire ? Face à ses délires ou hallucinations ? Face à son apathie ou son agitation ? Face à ses obsessions ? Face à sa déstructuration ? Que puis-je exiger d'elle ? Quelle est la limite de notre accompagnement ? Etc.

La plupart des travailleur·euse·s sociaux·ales ont déjà suivi des formations traitant des maladies mentales. Mais l'aspect fort théorique de ces formations les a souvent laissées démunies lorsqu'elles retrouvaient leur terrain professionnel. La formation tentera de à répondre concrètement à ces questions pratiques. Des attitudes seront suggérées afin d'aider les travailleur·euse·s sociaux·ales dans la 'pratique relationnelle' face à des personnes souffrant de maladies mentales.

En guise d'introduction, nous insisterons sur la prudence requise lorsqu'on aborde le champ d'étude des 'maladies mentales'. Nous verrons combien ce domaine est en perpétuelle évolution et n'échappe pas à certaines dérives en matière de diagnostic et de traitement.

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s
- Propositions de pistes concrètes

FORMATEUR

Stephan HENDRICK

Docteur en psychologie. Professeur associé à l'UMONS, où il a dirigé le département de psychologie clinique systémique. Il a travaillé durant plus de 30 ans en hôpital psychiatrique. Spécialiste des interactions patient·e/famille/aidant·e·s.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2361	Synapsi asbl	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	05-10-23 12-10-23 19-10-23	3	09:00 - 16:00

Le risque suicidaire, parlons-en !

CIBLE

Toute personne concernée de près ou de loin par la problématique qu'il s'agisse d'un cadre professionnel (équipe pluridisciplinaire, travailleur·euse·s psychosociaux·ales...) ou dans un cadre plus personnel

OBJECTIFS

- Comprendre les facteurs de risque liés au questionnement suicidaire
- Comprendre les notions d'urgence suicidaire
- Se sentir mieux armé pour parler, voire intervenir
- Tenir compte des facteurs de fragilisation pour agir de façon préventive
- Se connaître face au désir de mourir

CONTENU

La formation permettra aux participant·e·s de mieux comprendre ce qui entoure le suicide et de cerner davantage les signes d'appels au secours.
Il s'agira d'appréhender ce qui peut fragiliser un être humain, conduire aux questionnements qui glisseraient vers le risque suicidaire pour développer sa vigilance et intervenir au mieux face à l'éventuelle urgence.
L'écoute comme outil de prévention du suicide sera donc revisitée.

- Sensibiliser les intervenant·e·s de terrain aux indicateurs d'un éventuel questionnement de risque suicidaire.
- Comprendre les facteurs de fragilisation d'un être humain sous l'angle individuel et psychique, sous l'angle familial mais aussi dans un cadre plus environnement mental et sociétal.
- Pouvoir mieux cerner les différents degrés d'urgence suicidaire.
- Se doter d'un outil d'analyse bien construit pour pouvoir intervenir avec plus de finesse dans sa pratique professionnelle, dans ses relations d'aide.
- Comprendre aussi les facteurs de protection individuels, familiaux et sociétaux sur lesquels nous pouvons nous appuyer pour déjouer autant que possible le risque suicidaire

MÉTHODE

Exposé, références théoriques, partage d'expériences et témoignages, écoute bienveillante

FORMATEUR

Serge LECOQ
Formation sur le suicide dispensée auprès d'étudiant·e·s futur·e·s assistant·e·s sociaux·ales depuis 2010 et dans le cadre de modules destinés à des intervenant·e·s de terrain
Expérience générée dans le cadre de sa pratique professionnelle dans le domaine de la relation d'aide et dans le secteur thérapeutique

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2362	FORS HENALLUX	FORS HENALLUX	rue de l'Arsenal 10 5000 Namur	30-05-23	1	09:00 - 17:00

Personnes âgées : solitude, dépression et idées suicidaires

CIBLE

Toute personne souhaitant comprendre ce qui se joue psychologiquement pour l'aîné·e et ses proches et prévenir les débordements affectifs ou relationnels et les conséquences somatiques ou neurologiques

OBJECTIFS

- Analyser les aspects psychiques de la dépression et ses diverses manifestations chez le sujet âgé
- Appréhender leurs répercussions auprès de l'entourage et des autres personnes
- Comprendre le « sens » du vécu dépressif et des idées suicidaires chez la personne âgée
- Echanger autour du risque lié au suicide
- Examiner et définir le concept de solitude et de repli sur soi

CONTENU

- Observer les conséquences psychologiques, médicales et relationnelles de la dépression et du repli sur soi vécu par la personne âgée, et par son entourage
- Mettre en évidence les attitudes pouvant accueillir et tout autant soutenir la détresse de l'aîné·e dans ce contexte de fragilité
- Définir les divers concepts de dépression et du sentiment de solitude
- Analyser les conséquences psychologiques, somatiques et/ou neurologiques et relationnelles
- Parcourir les causes probables du vécu dépressif et/ou du repli sur soi chez le sujet âgé : sentiment de perte inhérent à la vieillesse, maladie neurologique, problématiques familiales...
- Rappeler le processus de deuil, et ses diverses étapes, qui implique la séparation, le départ de son lieu de vie… générateurs (parfois) d'un comportement dépressif
- Développer une communication adaptée afin de mieux soutenir la détresse du sujet âgé et garder la meilleure communication possible avec lui
- Tenir compte du sujet âgé tout autant que de sa famille et du·de la soignant·e

MÉTHODE

- Apports théoriques en support de la pratique, afin de permettre la compréhension de l'ensemble des mécanismes sous-jacents au processus de vieillissement, à l'isolement et aux troubles de l'humeur spécifiques à la personne âgée.
- Des mises en situation et illustrations concrètes.
- Des exercices de réflexion de groupe et d'échange de pratiques autour des situations déjà rencontrées sur le terrain : Qu'est-ce qui fonctionne ? Quels sont les obstacles ? Comment accompagner ? Sur quel réseau s'appuyer ? Peut-on imaginer de nouvelles manières de procéder ?
- Partages d'expériences entre participant·e·s

FORMATRICE

Charline LEMAIRE

Licenciée en Psychologie clinique et formée à l'approche systémique des familles et institutions ainsi qu'à gestion des traumatismes, elle a travaillé en psychiatrie (paraphilies) et en milieu hospitalier (clinique de la douleur) puis s'est orientée de nombreuses années vers les personnes âgées et la petite enfance.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2363	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	13-10-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN160	SARAH asbl	1

Double Diagnostic

CIBLE

Toute personne accompagnant des personnes en situation de handicap avec un double diagnostic

OBJECTIFS

- Mieux appréhender la complexité et l'aspect multidimensionnel de la prise en charge
- Acquérir des repères pour accompagner ce public
- Outiller les intervenant·e·s : observation, analyse, intervention
- Amener une vision active et optimiste de la prise en charge
- Etre capable de décoder les troubles du comportement

CONTENU

- Le Double diagnostic : qu'est-ce que c'est ?
- Sensibilisation aux principaux troubles mentaux associées à la déficience intellectuelle
- Les troubles graves du comportements
- Les stratégies d'intervention
- La communication
- Les sanctions pédagogiques : ça marche ?
- Le vécu des intervenant·e·s

MÉTHODE

Supports théoriques, participation active du groupe : exercices, mise en situation, analyse de situations cliniques

FORMATRICE

Séverine DESMARETS
Psychologue, coach et formatrice.
Titulaire d'un certificat interuniversitaire sur le Double Diagnostic

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2364	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	09-02-23 16-02-23 16-03-23	3	09:30 - 16:30

Ecouter le corps et ses douleurs

CIBLE

Toute personne se sentant touchée ou impliquée par la question du toucher, de la douleur, de l'accompagnement y trouvera sa place. Il peut s'agir de personnel du secteur des MR et MRS, des maisons médicales, des soins à domicile... Quelle que soit sa qualification et sa fonction.

OBJECTIFS

- Informer sur la distinction entre douleur et souffrance
- Elaborer une réflexion autour des thèmes de la communication non verbale, du toucher, de la juste distance / proximité
- Questionner les participant·e·s sur leur relation au toucher, en particulier dans leur pratique de soignant·e·s
- Mettre en évidence les avantages d'effectuer des actes de soin en conscience/présence
- Valoriser les rôles des accompagnant·e·s (toutes fonctions confondues) auprès des personnes souffrantes

CONTENU

Le toucher est un soin à part entière qui permet de reconnaître le·la patient·e dans ce qu'il·elle est, au-delà du corps, témoin ou non de maladies. Il peut répondre au déficit du·de la patient·e isolé·e qui est totalement dépendant·e de son environnement. Il s'agit d'un acte de présence qui apporte un soutien, un réconfort.
Cette formation propose d'aborder la notion de souffrance et de douleur au travers d'une présence à l'autre plus consciente.
Pour ce faire, les sujets suivants seront abordés : le langage verbal et non verbal, le toucher et tout ce qu'il implique/induit, la douleur/souffrance globale, la gestion du stress, le lien corps-esprit, les bienfaits du Snoezelen etc.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation, par des exercices de communication, de prise de conscience corporelle telle que marche consciente, scan corporel, shiatsu, ainsi que par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Anne-Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en milieu hospitalier (soins palliatifs et oncologie)

Emmanuelle PATERNOSTRE
Psychologue clinicienne, thérapeute psychocorporelle

Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue et psychothérapeute, formatrice et superviseuse

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2365	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	01-06-23 08-06-23 15-06-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN161	CEFEM	3

Douleur : comment la soulager par des méthodes non médicamenteuses ?

CIBLE

- Cette formation s'adresse à tout public, à toute personne confrontée à supporter une souffrance physique ou morale, ou à toute personne qui accompagne un·e proche en souffrance
- Elle s'adresse aussi aux soignant·e·s (médicaux, paramédicaux…) en contact avec des patient·e·s présentant des douleurs et des symptômes d'inconfort

OBJECTIFS

- Placer le·la patient·e au centre de la gestion antalgique et observer, évaluer et soulager la douleur
- Donner des pistes alternatives pour la prise en charge thérapeutique
- Aider le·la soignant·e à soulager la douleur et à faire face à son impuissance si la douleur persiste
- Associer les moyens allopathiques aux techniques alternatives
- Écouter les difficultés des soignant·e·s et les aider dans la communiquer avec les médecins

CONTENU

- Comprendre la douleur entre perceptions nociceptives, ressentis émotionnels et fonctions cognitives
- Écouter un·e patient·e douloureux est déjà un prendre soin.
- Soignant·e et patient·e, tous deux acteur·trice·s dans la gestion de la douleur.
- La Médiation, Pleine Conscience, à l'avant plan des méthodes non médicamenteuses. Les scientifiques en ont démontré l'efficacité. Elle s'installe dans les hôpitaux.
- Les Fleurs de Bach et les huiles essentielles sont d'autres moyens d'aider le·la patient·e à diminuer la douleur et le stress qui y est associé

MÉTHODE

- La théorie modulée en fonction des acquis des participant·e·s
- Partage d'expériences professionnelles et exposés des situations difficiles où le·la soignant·e a été face à son impuissance
- Évaluation d'une douleur vécue par le·la soignant·e et comparaison avec les autres participant·e·s afin de mettre en avant le côté subjectif de la douleur.
- Des exercices pratiques et des analyses de cas

FORMATRICE

Véronique LANDOLT

Kinésithérapeute spécialisée en Soins Palliatifs et Oncologie (certification inter-universitaire en Soins Palliatifs et accompagnement), elle exerce en milieu hospitalier et en cabinet privé où l'essentiel de son travail est orienté sur le confort physique, le bien-être émotionnel et la gestion de la douleur et du deuil.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2366	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	09-10-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN162	SARAH asbl	1

L'hygiène, une politique de prévention des infections et mesures d'isolement en institution

CIBLE

Personnel travaillant en institution de soins/en institut pour personnes en situation de handicap : infirmier·ère·s, aides-soignant·e·s, paramédicaux, personnel d'entretien, d'hôtellerie

OBJECTIFS

- Reconnaître les différentes infections rencontrées en institution ainsi que les modes de transmission
- Proposer un dépistage et une mise en isolement
- Avoir une réflexion sur l'importance du respect des mesures de prévention des infections

CONTENU

- Les bases d'une politique de prévention des infections efficace en institution de soins
- Quelles sont les dispositions particulières pour chaque infection : MRSA, infections respiratoires, infections gastro-entériques, infections urinaires, gale....
- Définition d'une politique de prévention des infections efficace
- Quels sont les modes de transmission des infections ?
- Quels sont les traitements à mettre en place face aux infections ?
- Quand et comment dépister les infections ?
- Quand et comment isoler des infections ?

MÉTHODE

Apport théorique, analyse de situation et réflexion par groupes de travail collaboratif face à des infections communes.

FORMATRICE

Tatiana NARYZHNYAYA

Détentrice d'un Master en sciences de la Santé Publique. Infirmière en hygiène hospitalière, formatrice expérimentée en hygiène et prévention des infections.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2367	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	11-04-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN203	Formations Repère	1

Eveil sensoriel dans l'accompagnement Sensibilisation Snoezelen - Techniques de « massage minute »

CIBLE

Professionnel·le·s soignant·e·s, éducatifs et paramédicaux intervenant auprès des aîné·e·s ou auprès de personnes en situation de handicap

OBJECTIFS

- Chercher à développer des démarches de confort et de bien-être auprès des bénéficiaires dans le cadre d'une activité de type « Snoezelen » et par des techniques de massage
- Proposer des idées d'animation autour de la démarche Snoezelen et des techniques de massage
- Sensibiliser à la communication par le toucher et prendre de conscience de l'importance du toucher dans la relation à l'autre
- Enrichir sa pratique professionnelle

CONTENU

- Le toucher relationnel dans l'accompagnement : éléments introductifs, points d'attention suivant les besoins des personnes accompagnées
- Vous avez dit Snoezelen ? Sensibilisation au concept et expérimentation de sa propre sensorialité
- Le Snoezelen dans nos structures d'accueil : philosophie du concept, pistes d'applications concrètes en fonction des structures présentes, construction d'animations autour de ce concept
- Approche de la respiration consciente : techniques respiratoires favorisant le confort et la prévention des tensions corporelles tant pour les bénéficiaires que pour les professionnel·le·s
- Techniques de massage : le massage minute, le toucher-contact sur personne alitée, le massage crânien

MÉTHODE

Apports théoriques et ateliers techniques, démonstration, expérimentation, supports divers (visuels, auditifs, proprioceptifs, olfactifs…). Présentation d'applications du Snoezelen selon les milieux représentés par le groupe.

FORMATRICE

Odile GOESAERT

Ergothérapeute et référente pour la démence. Exerce en maison de repos et de soin. Formée en massothérapie et sophrologie.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2368	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	28-09-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN163	Formations Repère	1

Le toucher relationnel dans l'accompagnement

CIBLE

Cette formation s'adresse à tout public
Pour toute personne intéressée par le sujet à titre personnel et/ou professionnel et qui souhaite s'engager dans un travail d'accompagnement et de développement de sa qualité de présence par le toucher

OBJECTIFS

- Sensibiliser à la nécessité vitale que représente le toucher présent à tous les âges
- Prendre conscience de notre rapport au toucher et de la façon dont notre corporalité intervient dans la relation à l'autre
- Acquérir des outils pour se centrer et pour ressentir sa stabilité intérieure
- Favoriser la « juste proximité » et la bienveillance
- Acquérir un savoir-faire par la maîtrise de gestes de bien-être dans l'écoute de soi et de l'autre

CONTENU

- Théorie (les distances, les émotions, le « Moi Peau »)
- Approcher la respiration et le sens du toucher
- Expérimenter le toucher présent et le massage-minute
- Expérimenter le massage détente des mains
- Expérimenter le toucher-contact et les gestes de bien-être avec une personne alitée

MÉTHODE

- Partages des vécus, attentes et expériences
- Exposés théoriques
- Démonstration
- Expérimentation des exercices, seul·e et en binôme
- Echange entre binôme
- Echange dans le groupe

La méthode se base sur l'alternance d'exercices et de moments consacrés à l'expression par chaque participant·e de son ressenti subjectif, après l'expérimentation de chaque exercice. De la sorte, la journée vise aussi à renouer avec ses sensations, à accueillir les émotions dans un cadre bienveillant. Ce cadre et la méthode proposée permettent aux participant·e·s de se connaître mieux ou autrement et de prendre conscience de leurs propres ressources et potentialités.

FORMATRICE

Anne-Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en Soins Palliatifs et en oncologie aux Cliniques Universitaires Saint-Luc, elle est licenciée en travail social, formée en communication non violente et en Soins Palliatifs et qualité de vie. Massothérapeute depuis plus de 15 ans, formée en aroma-olfactologie et en approches énergétiques et psycho-corporelles, elle accompagne aussi par le toucher et le massage bien-être des personnes fragilisées

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2369	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	16-03-23 30-03-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN164	SARAH asbl	2

Troubles psychiatriques et cas complexes en MR et MRS - personnel SOIGNANT

CIBLE

Personnel soignant·e du secteur des personnes âgées

OBJECTIFS

- Favoriser l'auto-analyse des participant·e·s sur leurs a priori et peurs, liés aux comportements des résident·e·s
- Faire découvrir les grandes familles de pathologies psychiatriques (psychoses/troubles anxieux/ troubles de l'humeur)
- Mettre en évidence les comportements adéquats à adopter
- Valoriser la prise en charge pluridisciplinaire et la communication
- Donner des pistes pour préparer le personnel soignant à l'accueil d'un·e résident·e présentant des manifestations psychiatriques

CONTENU

Le nombre de résident·e·s en MR et MRS qui présentent des manifestations psychiatriques ou des troubles neurologiques avec des démences associées est en constante augmentation. Ces résident·e·s ont des profils différents (parfois plus jeunes, souvent désorienté·e·s…) et des besoins particuliers auxquels le personnel ne peut souvent pas répondre de manière adéquate, faute de formation.
Ce personnel est généralement bien formé pour développer des compétences relationnelles auprès de résident·e·s désorienté·e·s, mais celles-ci ne conviennent pas nécessairement à celles et ceux qui présentent des manifestations psychiatriques.

Cette formation a pour but de pallier à ce défaut de connaissances de base des divers troubles psychiatriques et de leurs manifestations et de faire le lien avec la pratique de terrain, pour mettre en évidence des comportements adéquats et contribuer à une prise en charge plus sereine de la part des travailleur·euse·s (personnel soignant).

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN165	CEFEM	1

Troubles psychiatriques et cas complexes en MR et MRS - personnel non SOIGNANT

CIBLE

Personnel non soignant du secteur des personnes âgées

OBJECTIFS

- Favoriser l'auto-analyse des participant·e·s sur leurs a priori et peurs, liés aux comportements des résident·e·s
- Faire découvrir les grandes familles de pathologies psychiatriques (psychoses/troubles anxieux/ troubles de l'humeur)
- Mettre en évidence les comportements adéquats à adopter
- Valoriser la prise en charge pluridisciplinaire et la communication
- Donner des pistes pour préparer le personnel non soignant à l'accueil d'un·e résident·e présentant des manifestations psychiatriques

CONTENU

Le nombre de résident·e·s en MR et MRS qui présentent des manifestations psychiatriques ou des troubles neurologiques avec des démences associées est en constante augmentation. Ces résident·e·s ont des profils différents (parfois plus jeunes, souvent désorienté·e·s …) et des besoins particuliers auxquels le personnel ne peut souvent pas répondre de manière adéquate, faute de formation.
Ce personnel est généralement bien formé pour développer des compétences relationnelles auprès de résident·e·s désorienté·e·s, mais celles-ci ne conviennent pas nécessairement à celles et ceux qui présentent des manifestations psychiatriques.

Cette formation a pour but de pallier à ce défaut de connaissances de base des divers troubles psychiatriques et de leurs manifestations et de faire le lien avec la pratique de terrain, pour mettre en évidence des comportements adéquats et contribuer à une prise en charge plus sereine de la part des travailleur·euses (personnel non soignant).

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN166	CEFEM	1

Comprendre et accompagner des bénéficiaires avec de troubles psychiatriques – Pour SOIGNANT.E.S

CIBLE

Personnel soignant de MR-MRS, des milieux hospitaliers... accueillant·e et étant confronté à des résident·e·s présentant un profil psychiatrique

OBJECTIFS

- Connaître les grands groupes de pathologies psychiatriques : troubles psychotiques, de l'humeur, névrotiques (caractéristiques, manifestations, traitements)
- Identifier les besoins spécifiques de ces personnes
- Ajuster son mode relationnel en lien avec les situations : délires, hallucinations, traits paranoïaques, troubles de l'humeur
- Différencier le profil psychiatrique du démentiel
- Développer des pistes pour une prise en soin globale et un travail en réseau

CONTENU

- Interroger les représentations sociales de la maladie mentale
- Délimiter les troubles psychiatriques (pathologies qui font partie des troubles psychiatriques et les autres)
- Découvrir leurs grands groupes : troubles psychotiques (Schizophrénie), de l'humeur (dépression, bipolaires, borderline) ainsi que les troubles névrotiques (hystérie, hypocondrie, névrose d'angoisse, TOC, phobie)
- Détailler leurs caractéristiques, manifestations et traitements
- Voir comment agir face aux comportements et attitudes déstabilisantes (délires, hallucinations, traits paranoïaques et troubles de l'humeur)
- Construire un tableau récapitulatif différenciant un profil psychiatrique d'un profil démentiel
- Dégager les éléments spécifiques qui facilitent l'accueil et l'accompagnement de ce public

MÉTHODE

- Cette formation requiert une participation active
- Elle se déploie suivant les situations vécues par les participant·e·s dans leur institution
- Elle s'articule entre exposés théoriques, vidéos, réflexion collectives, individuelles et mise en situation

FORMATRICE

Lydia LASSAUX

Psychologue clinicienne, a travaillé plus de 15 ans en Maisons de Repos et de Soins et en Psychogériatrie. Elle a travaillé 5 ans à la ligue Alzheimer Asbl. Son travail de terrain est l'accompagnement et le soutien de la personne âgée dans ce qu'elle vit. Elle s'est spécialisée dans les troubles psychiatriques. Elle travaille en cabinet privé, consulte en MRS (résident·e·s), forme et supervise le personnel en MRS.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2372	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	20-03-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN167	SARAH asbl	1

Quand la psychiatrie s'invite dans le monde du vieillissement

CIBLE

Tout le personnel soignant au sens large accompagnant des personnes âgées, travaillant à domicile ou en institution - s'adresse aussi à un public non soignant

OBJECTIFS

- Faire la distinction entre un vieillissement cognitif difficile et les troubles psychiatriques
- Apporter des connaissances théoriques sur les troubles de l'humeur, les troubles anxiétés, les psychoses, la maladie de Parkinson
- Oser aborder les questions liées aux envies suicidaires avec une personne âgée présentant un trouble psychiatrique
- Découvrir des pistes concrètes d'action pour accompagner les personnes âgées présentant un trouble psychiatrique

CONTENU

- Introduction de la thématique de la psychiatrie : qu'est-ce que la psychiatrie évoque pour vous?
- Distinction entre vieillissement cognitif difficile et maladie psychiatrique.
- Les troubles de l'humeur : la dépression et les troubles bi-polaires.
- La maladie de Parkinson.
- Les troubles anxieux : crise d'angoisse, anxiété généralisée, phobie, TOC- Les troubles psychotiques: délires, hallucination, schizophrénie- Le suicide

Au cours des deux journées sont proposées des pistes aidantes pour mieux accompagner une personne âgée présentant des troubles psychiatriques. Il y est abordé les thèmes suivants:

- Le rythme et hygiène de vie- La reprise des liens sociaux- Le relaxation et la respiration- La communication et le relationnel entre la personne et les soignant·e·s- Les loisirs et occupations- Le lien avec les acteur·rice·s de la psychiatrie: médecin généraliste, psychiatre, psychologue...
- Les aspects médicamenteux

MÉTHODE

Travail de groupe, travail sur des vignettes cliniques, exercices de mise en situation, travail sur des situations vécues, échanges et structuration + mise en lumière par des apports théoriques.

FORMATRICE

Dorothée FEYERS

Docteur en psychologie, elle s'est récemment formée à l'hypnose. A la suite de sa thèse, elle a travaillé pendant plus de deux ans comme chercheuse à L'Université de Liège au Centre de Recherches du Cyclotron et dans le service de Psychologie de la Sénescence.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2373	Le Bien Vieillir Asbl	Le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	23-05-23 30-05-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN168	Le Bien Vieillir Asbl	2

Troubles psychiatriques et cas complexes en MR et MRS

CIBLE

Tout·e travailleur·euse en MR et MRS, quelle que soit sa qualification et sa fonction

OBJECTIFS

- Favoriser l'auto-analyse des participant·e·s sur leurs a priori et peurs, liés aux comportements des résident·e·s
- Faire découvrir les grandes familles de pathologies psychiatriques (psychoses/troubles anxieux/troubles de l'humeur)
- Mettre en évidence les comportements adéquats à adopter
- Valoriser la prise en charge pluridisciplinaire et la communication
- Donner des pistes pour préparer le personnel soignant à l'accueil d'un·e résident·e présentant des manifestations psychiatriques

CONTENU

Le nombre de résident·e·s en MR et MRS qui présentent des manifestations psychiatriques ou des troubles neurologiques avec des démences associées est en constante augmentation. Ces résident·e·s ont des profils différents (parfois plus jeunes, souvent désorienté·e·s …) et des besoins particuliers auxquels le personnel ne peut souvent pas répondre de manière adéquate, faute de formation.
Ce personnel est généralement bien formé pour développer des compétences relationnelles auprès de résident·e·s désorienté·e·s, mais celles-ci ne conviennent pas nécessairement à celles et ceux qui présentent des manifestations psychiatriques.

Cette formation a pour but de pallier à ce défaut de connaissances de base des divers troubles psychiatriques et de leurs manifestations et de faire le lien avec la pratique de terrain, pour mettre en évidence des comportements adéquats et contribuer à une prise en charge plus sereine de la part des travailleur·euse·s.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATRICES

Lydia LASSAUX
Psychologue, formatrice, superviseuse
Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2374	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	07-09-23 14-09-23	2	09:00 - 16:00

Comprendre et accompagner des résident.e.s/patient.e.s souffrant de troubles psychiatriques - Pour SOIGNANT.E.S

CIBLE

Au personnel de MR-MRS, des milieux hospitaliers, qui ne fait pas partie du personnel soignant accueillant et étant confronté à des résident·e·s présentant un profil psychiatrique

OBJECTIFS

- Sensibiliser le personnel aux pathologies psychiatriques les plus fréquentes : leurs caractéristiques, manifestations, traitements
- Sensibiliser aux grands groupes de pathologies psychiatriques que sont les troubles psychotiques, les troubles de l'humeur et les troubles névrotiques
- Apprendre à ajuster son mode relationnel en lien avec les situations rencontrées : délires, hallucinations, traits parano, troubles de l'humeur, agressivité, angoisse
- Cerner l'importance d'une prise en soin globale et d'un travail en réseau
- Aider le personnel non soignant à identifier ces différences et adapter son attitude en conséquence

CONTENU

- Interroger les représentations sur la maladie mentale
- Identifier le contexte actuel et la notion de maladie mentale
- Repérer les « profils psy » et les différencier des profils de « démence »
- Comment réagir face aux comportements et attitudes déstabilisantes ?
- Quels sont les éléments qui facilitent l'accueil et l'accompagnement de ce public, par des non soignant·e·s ?

MÉTHODE

Exposé théorique accompagné d'une réflexion et d'une participation active du groupe en fonction des situations vécues en institution, en tant que non soignant·e

FORMATEUR

Guillaume BEYENS

Infirmier spécialisé en santé mentale et psychiatrie et détenteur d'un master en Santé Publique et Gestion des Institutions de Soins. Il a passé 15 années auprès de patient·e·s souffrant de troubles physiques et psychiques, occupant des fonctions d'infirmier, d'infirmier en chef et de cadre hospitalier. Il intervient à présent, en tant que formateur et consultant, auprès d'équipes soignantes et non soignantes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2375	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	14-11-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN169	SARAH asbl	1

Sensibilisation aux soins palliatifs

CIBLE

La formation s'adresse à toute personne amenée à travailler au contact de personnes en fin de vie et/ou en soins palliatifs

OBJECTIFS

- Expliquer les lois et normes en matière de soins palliatifs en Belgique
- Transmettre et expliquer la notion de soins palliatifs
- Interroger sa pratique en matière de soins palliatifs
- Reconnaître l'importance de l'accompagnement pluridisciplinaire
- Valoriser le rôle des participant·e·s (toutes fonctions confondues) dans l'accompagnement des personnes en fin de vie

CONTENU

La loi de 2002 sur les soins palliatifs est encore trop souvent méconnue. La formation permettra de la (re) découvrir, d'appréhender la notion de soins palliatifs et le travail en pluridisciplinarité pour améliorer le confort des patient·e·s, de leur famille, et des intervenant·e·s.
La formation abordera les notions de seuils difficiles à franchir, de douleur globale, des besoins en fin de vie, de deuil, d'euthanasie et les questions éthiques associées, mais également les sujets transversaux que sont l'écoute et la gestion des émotions.

In fine, elle vise à une prise en charge plus sereine des patient·e·s en soins palliatifs, par des intervenant·e·s mieux informé·e·s et rassuré·e·s quant à leurs rôles dans l'accompagnement des personnes en fin de vie.

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATEUR·TRICE·S

Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse
Emmanuelle PATERNOSTRE
Psychologue clinicienne
Olivier BERNARD
Médecin généraliste, responsable d'une unité hospitalière de soins palliatifs, instructeur en Pleine Conscience, superviseur
Anne -Gaëlle BAUDOT
Assistante sociale en milieu hospitalier en soins palliatifs et en oncologie

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2376	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint-Esprit 2 1000 Bruxelles	31-01-23 10-02-23 14-02-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN170	CEFEM	3

Sensibilisation aux soins palliatifs

CIBLE

Formation tout public pour toute personne intéressée par ce sujet, à titre personnel ou professionnel et/ou en contact avec des patient·e·s en fin de vie et leur famille.

OBJECTIFS

- Comprendre le concept des soins palliatifs d'émergence en Angleterre à nos jours. Identifier ce que ces soins (définition de l'OMS et définition belge) peuvent apporter au·à la patient·e, à sa famille/ aidant proche, au·à la soignant·e, à l'Institution
- Se poser la question de « quand » commencer les Soins Palliatifs
- Se situer et situer son Institution dans l'organisation des Soins Palliatifs en Belgique en 2020 afin d'identifier ses partenaires au sein et en dehors de l'institution
- Explorer certains aspects de SP comme la communication et l'accompagnement du deuil
- Trouver sa place dans la prise en charge palliative au sein de son Institution, exprimer ses réticences, ses limites afin de les dépasser

CONTENU

- Les Soins Palliatifs ; pourquoi l'émergence de ce mouvement ? Bref historique du mouvement et de son implantation en Belgique, analyse minutieuse de la définition de l'OMS et évolution des définitions belges. Les Soins Palliatifs sont un travail d'équipe.
- Le cadre légal né en 2002 en Belgique : lois sur les Soins Palliatifs, l'euthanasie, les droits des patient·e·s. Les droits du·de la patient·e que l'on peut pointer en Soins Palliatifs.
- Organisation actuelle des Soins palliatifs en Belgique : avantages et limites pour les patient·e·s, les familles, les soignant·e·s. Chaque soignant·e identifie sa place dans la structure de SP de son institution, de sa région. (Qui sont mes partenaires ? ceux de mon Institution ?)
- La question du « quand » passer aux soins palliatifs ? et les difficultés d'identifier ce moment avec des patient·e·s chroniques. (Présentation d'un outil)
- Découvrir les besoins des patient·e·s en fin de vie (selon théorie de Maslow) et leur hiérarchie.
- Comment accompagner/soutenir les patient·e·s, les familles, ses collègues ? importance du langage non verbal dans la communication.
- Le deuil : quand ? qui est concerné ? quels sont les chemins empruntés par les patient·e·s, les familles, les soignant·e·s ?

MÉTHODE

Pour que chacun·e puisse s'exprimer en toute confiance, les participant·e·s sont invité·e·s au respect de la confidentialité des échanges.
La théorie est construite le plus souvent possible avec les participant·e·s ; leurs expériences personnelles, professionnelles. Participation et interaction.

FORMATRICE

Françoise FRANCOTTE

Infirmière, formation et expérience de cadre et en soins palliatifs. Françoise aime le partage de ses expériences avec les patient·e·s et leurs proches, l'évolution du travail et la créativité en Soins Palliatifs de 1990 à nos jours mais aussi la richesse du travail en équipe pluridisciplinaire.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2377	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	30-05-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN171	SARAH asbl	1

Sensibilisation aux soins palliatifs - Aspects psychologiques

CIBLE

Cette journée s'adresse à tout public, aux bénévoles, à toute personne intéressée par ce thème, aux professionnel·le·s de la santé des hôpitaux, maisons de repos, services gériatriques…

OBJECTIFS

- Comprendre les aspects subjectifs et/ou psychiques qui se jouent dans le cadre des soins palliatifs
- Analyser les diverses dynamiques relationnelles au sein des familles
- Comprendre et apprendre à faire face aux répercussions émotionnelles : au désespoir, à l'impuissance, à l'agressivité… du·de la patient·e et/ou de sa famille
- Développer une attitude et communication « juste » dans ce contexte de fin de vie
- Analyser les processus relationnels et/ou affectifs entre le·la malade, sa famille et les soignant·e·s

CONTENU

« Quand le lieu de soins peut devenir, aussi, un espace de liens ». La fin de vie impacte à des degrés différents le·la patient·e, ses proches et les soignant·es. Le système et le fonctionnement familial sont bouleversés. La communication peut se complexifier et engendrer des malentendus entre les proches eux-mêmes et/ou avec les soignant·e·s.

MÉTHODE

- Approche théorique et clinique autour du bouleversement psychologique et existentiel du·de la patient·e
- Les manifestations psycho-affectives et/ou comportements « inattendus » du·de la malade et des proches
- Analyser les processus relationnels et/ou affectifs entre le·la malade, sa famille et les soignant·e·s
- Comment accueillir au mieux la souffrance spécifique des familles (enfants et adultes) ?
- Les modalités de prise en charge des familles et/ou des proches (enfants et adultes) en milieu hospitalier et/ou en institution

FORMATRICE

Patricia PLASIER

Licenciée en Psychologie Clinique, approche et formation analytique. Elle a travaillé dans le cadre du traumatisme psychologique (aide aux victimes d'agression) et en milieu hospitalier

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2378	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	01-12-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN172	SARAH asbl	1

Comprendre et gérer les dépendances (alcool, cannabis, jeux, réseaux sociaux)

CIBLE

Cette journée s'adresse à toute personne qui travaille avec des personnes dépendantes ou qui désire comprendre la notion de dépendance

OBJECTIFS

- Mettre à jour ses connaissances dans le domaine des assuétudes : alcool, cannabis, tabac, autres substances illicites ainsi que de nouvelles formes de dépendance comme les réseaux sociaux, internet, le jeu..
- Identifier les signes typiques et atypiques auxquels il faut être attentif pour détecter une éventuelle difficulté par rapport aux assuétudes au travers des cas concrets
- Se questionner et dépasser les préjugés qu'on peut avoir sur les produits et leurs usages afin de mieux comprendre les situations liées aux consommations
- Aborder le sujet de la détention et l'usage de produits dans une perspective globale, centrée sur la personne et sur son développement et son parcours de vie
- Apprendre à mettre des limites dans sa pratique et à travailler sa place au sein d'une équipe pluridisciplinaire au regard de situations de consommation

CONTENU

- Une approche théorique de la dépendance (cannabis, alcool, jeu pathologique, réseaux sociaux…)
- Les différents signes de la consommation/ dépendance
- Les pistes d'intervention
- La notion de plaisir
- Les effets des substances sur le cerveau
- Les notions de cadre, limite, cohérence
- Les notions d'usage, abus et dépendance
- L'apport du virtuel dans les dépendances
- Réflexions autour du rôle des réseaux sociaux
- Evaluation

MÉTHODE

- Apprentissage théorique et pratique
- Cas pratiques
- Jeux de rôles
- Utilisation de medias pédagogiques
- Brise glace
- Le triangle d'Olivenstein
- Sculpting

FORMATRICE

Natacha DELMOTTE

Licenciée en criminologie et formée à l'approche systémique familiale et institutionnelle. Elle a été responsable pendant 10 ans du service des admissions d'une communauté thérapeutique traitant de la problématique des personnes dépendantes.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2379	SARAH asbl	SARAH asbl	boulevard Zoé Drion 1 6000 Charleroi	23-03-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN173	SARAH asbl	1

La communication avec les parents en milieux d'accueil

CIBLE

Milieux d'accueil d'enfants

OBJECTIFS

- Comprendre l'intérêt d'une bonne collaboration avec les parents pour l'épanouissement et le bien-être de l'enfant
- Soigner les premiers contacts et le contrat de collaboration avec les parents
- Mettre en place des outils et des temps de communication avec les parents
- Développer ses compétences relationnelles et communicationnelles avec les parents (approche systémique)
- Gérer des situations délicates (non-respect du cadre, critiques, inquiétudes excessives, etc.)

CONTENU

Les professionnel·le·s de la petite enfance sont parfois confronté·e·s à des communications difficiles avec certains parents (inquiétudes excessives, critiques ou disqualifications, non-respect des horaires, des règles, envahissement de l'espace, froideur du contact, etc.). Si ces tensions sont difficiles à vivre pour le·la professionnel·le, c'est aussi l'enfant qui pâtit de cette communication difficile entre les adultes. Quels sont les éléments d'une bonne collaboration avec les parents ? Comment gérer les situations délicates ? Comment prendre en compte les émotions des parents dans ma communication avec eux ?

MÉTHODE

Chaque exposé théorique débouchera sur des propositions concrètes en termes d'attitudes et d'aménagements concrets pour améliorer la communication avec les parents.
En outre, les analyses de situations permettront aux participant·e·s d'élargir leurs questionnements et repartir avec de nouvelles hypothèses et pistes d'action.

FORMATRICE

Mélissa EMMERCICH
Psychologue, coach scolaire, enseignante et formatrice. Participe à la formation des éducateur·trice·s spécialisés (IPFS - Namur) et des puériculteur·trice·s (ITP - Court-Saint-Etienne)

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2335	Synapsi asbl	Centre Sportif de la Plaine des Coquerées	rue des Coquerées 50A 1348 Ottignies- Louvain-la-Neuve	04-07-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN174	Synapsi asbl	1

Communication avec les familles des bénéficiaires

CIBLE

La formation s'adresse à toute personne amenée à travailler au contact des familles de bénéficiaires (résident·e·s en MR et MRS ou autres bénéficiaires de soins etc), toute fonction confondue

OBJECTIFS

- Définir la place de la famille dans l'accompagnement du·de la résident·e
- Clarifier le cadre du partenariat qui unit le·la résident·e, son entourage et les soignant·e·s
- S'interroger sur son écoute, à soi, à l'autre, écoute de ses émotions, afin de garder une juste distance au sein de la relation d'aide
- Valoriser le rôle des participant·e·s (toutes fonctions confondues) et du temps de l'accueil dans la relation résident·e – famille – soignant·e
- Proposer des outils de gestion des conflits pour désamorcer l'agressivité à sa source

CONTENU

- Les interlocuteur·rices: résident·e, soignant·e, famille/entourage
- Placement d'un·e proche en MR/MRS : les enjeux
- La communication : repérer les éléments ressource ou obstacle à la communication, mode de transmission des messages, discussion de sujets sensibles, notion de respect des opinions
- Situations conflictuelles (identifier une crise pour la désamorcer)
- Relations de familles et crise COVID, quelles leçons pour demain ?

MÉTHODE

A travers un espace d'écoute, de parole, d'expression, d'observation et d'analyse des situations vécues, la méthodologie utilisée est active et participative. Cette formation a pour objectif une « mise en action » des concepts développés. Elle constitue un levier qui doit permettre aux participant·e·s de développer de nouvelles capacités à appréhender leur quotidien professionnel.
Les concepts théoriques sont appuyés par des exercices de mise en situation et de communication, par une mise en commun et des partages d'expérience.

FORMATEUR·TRICE·S

Paolo DOSS
Formateur, conférencier, auteur-metteur en scène-interprète, clown en hôpital
Sylvie JAMAR
Formatrice, médiatrice agréée dans les matières civiles, commerciales et sociales
Françoise VAN DEN EYNDE
Psychothérapeute, conseillère conjugale et superviseuse
Marie-Philippe HAUTVAL
Psychologue, psychothérapeute et superviseuse.
Anne DUCAMP
Psychologue clinicienne, psychothérapeute, superviseuse et enseignante

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2336	CEFEM	Auberge de jeunesse Bruegel	rue du Saint -Esprit 2 1000 Bruxelles	11-12-23	1	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN175	CEFEM	1

Initiation à la systémique

CIBLE

Tout·e intervenant·e psychosocial·e ayant à travailler dans un contexte familial. Il est souhaité que les participant·e·s évoquent durant la formation des situations concrètes rencontrées dans leur pratique

OBJECTIFS

- Permettre l'acquisition des notions de base de l'approche systémique ainsi que leur compréhension
- Permettre d'enrichir votre compréhension et analyse des situations rencontrées tout en mettant certaines notions de l'approche systémique au service de vos interventions avec les bénéficiaires et les familles

CONTENU

- Qu'est-ce qu'un système ?
  - Les notions de bases de l'approche systémique. Ici seront abordés les concepts fondateurs de cette approche. Nous verrons également en quoi elle propose un regard innovant.
- Comment regarder un système ?
  - L'approche systémique comme grille de lecture. Il s'agira de se familiariser avec différents éléments d'attention nécessaires lorsque l'on porte un regard systémique sur une situation.
- Comment agir sur un système ?
  - Les techniques d'interventions ; enfin, vous aurez l'occasion de vous familiariser avec quelques techniques d'interventions systémiques pertinentes pour vos interventions.

MÉTHODE

- Des éclairages théoriques
- De l'échange de pratique
- De l'expérimentation

FORMATRICE

Céline RASE

Formatrice et superviseuse d'équipes. Psychologue d'orientation systémique. Expérience et expertise dans le secteur de l'aide et soins à domicile et dans l'accompagnement d'équipes du non marchand. Démarche systémique ainsi que psychothérapeute en pratique privée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2337	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	13-03-23 21-03-23 28-03-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN176	CEFORM	3

Initiation à l'approche systémique et à l'accompagnement des familles

CIBLE

Travailleur·euse·s sociaux·ales et psychoéducatifs

OBJECTIFS

- S'initier à une compréhension systémique des phénomènes humains
- Se familiariser avec des concepts comme la fonction et le rôle, les alliances et les coalitions, la loyauté et les conflits de loyauté, les paradoxes de l'aide, etc
- S'exercer à une intervention centrée sur les relations plutôt que sur les individus
- Pratiquer la partialité multidirectionnelle
- Comprendre l'intérêt d'une collaboration avec l'entourage du·de la bénéficiaire et savoir mettre en œuvre cette collaboration

CONTENU

Lorsqu'on travaille avec des enfants et des adolescent·e·s, il est indispensable de tenir compte de leur environnement (familial, scolaire, institutionnel, social, amical, etc). A côté des interventions psycho-éducatives centrées sur l'enfant lui-même, un travail avec les familles et les systèmes d'appartenance de l'enfant s'avère très souvent nécessaire. L'approche systémique aborde précisément ce 'travail sur le contexte'. Le principe est qu'un changement 'individuel' est facilité par un changement 'collectif'. Pour le dire autrement, l'évolution des un·e·s est tributaire de l'évolution des autres. Spécialement chez les enfants.

MÉTHODE

- Exposés théoriques
- Exercices en sous groupes
- Partage d'expériences en grand groupe et en petits groupes
- Jeux de rôle
- Analyse de situations amenées par le formateur et par les participant·e·s

FORMATEURS

Stephan HENRICK
Docteur en psychologie, psychothérapeute systémicien. Professeur associé à l'UMONS. Il a dirigé le département de psychologie clinique systémique. Il a travaillé, durant plus de 30 ans, dans divers domaines de la psychiatrie et de l'aide à la jeunesse. Spécialiste des interactions patient·e/famille/aidant·e.

Frédéric DELVIGNE
Psychologue, thérapeute familial, enseignant et formateur. Formé à la thérapie et l'intervention systémique. Participe, depuis 20 ans, à la formation des éducateurs spécialisés (IPFS – Namur, CPFB – Louvain la-Neuve). Expérience de 8 ans en institution pédopsychiatrique pour enfants et adolescent·e·s.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2338	Synapsi asbl	Synapsi asbl	rue de la dime 22 1435 Corbais	16-11-23 23-11-23 30-11-23	3	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN177	Synapsi asbl	3

Les familles dites «difficiles» : interagir pour prévenir les conflits et l'agressivité

CIBLE

Personnel travaillant en institution de soins : infirmier·ère·s, aides-soignant·e·s, paramédicaux, administratif, équipe d'entretien et hôtellerie et responsables de l'encadrement.

OBJECTIFS

- Reconnaître les comportements exigeants et agressifs des familles
- Comprendre les comportements exigeants et agressifs des familles
- Acquérir des outils pour prévenir l'agressivité et développer une communication constructive

CONTENU

- Les différents fonctionnements de la famille
- Identifier ses propres réactions, maîtrise de sa propre agressivité
- Prévention des conflits
- Utiliser les outils de communication et d'assertivité pour désamorcer les situations « difficiles »

MÉTHODE

Support théorique accompagné d'exercices d'application de cas pratiques amenés par le groupe.

FORMATRICE

Séverine DESMARETS

Psychologue, coach et formatrice. Titulaire d'un certificat interuniversitaire sur le Double Diagnostic. Expérimentée en management dans les secteurs du handicap et les institutions de soins.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jour	Horaire
F2339	Formations Repère	Formations Repère	rue du Bosquet 8 1400 Nivelles	07-02-23	1	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jour
IN178	Formations Repère	1

Améliorer la collaboration entre l'institution et la famille

CIBLE

Toute personne travaillant en institution pour enfants et adolescent·e·s.

OBJECTIFS

- Se familiariser avec le paradigme systémique
- Sortir des rivalités et marquer le contexte dans le sens de la collaboration
- Manœuvrer avec la non-demande initiale de la famille et le mandat institutionnel
- Réaliser une analyse de la demande
- Promouvoir des attitudes d'écoute et d'accueil de la famille
- Mettre en place des dispositifs concrets pour améliorer la collaboration avec la famille

CONTENU

La 'collaboration avec les familles' fait partie des intentions de pratiquement toutes les institutions résidentielles pour enfants et adolescent·e·s. Pourtant cette collaboration est régulièrement au cœur des difficultés des équipes éducatives. Soit la famille est 'absente' ou 'peu collaborante'. Soit la famille est (trop) 'présente' et sensiblement 'agressive' vis-à-vis de l'institution. Et pour cause, la famille est rarement 'demandeuse' de la prise en charge de leur enfant. L'aide qu'on leur apporte est souvent 'contrainte' et l'on se retrouve dans cette situation en apparence absurde où ni l'un (la famille) ni l'autre (l'institution) est à l'initiative de la relation.

Comment, dans un tel contexte, amorcer une collaboration ? Comment négocier un projet qui satisfassent l'enfant, la famille et l'institution ? Comment tenir compte de la 'non demande' initiale de la famille ? Comment créer un contexte de collaboration ? Quels dispositifs mettre en place ? Quelles attitudes promouvoir ?

MÉTHODE

La formation alliera des temps d'exposés théoriques avec des temps de partage et d'analyse de situations amenées par les participant·e·s.

- Exposés théoriques
- Partage et analyse de situations amenées par les participant·e·s
- Propositions de pistes concrètes

FORMATEUR

Stephan HENDRICK

Docteur en psychologie. Professeur associé à l'UMONS. Il a travaillé, durant plus de 30 ans, dans divers domaines de la psychiatrie et de l'aide à la jeunesse. Spécialiste des interactions patient·e/famille/aidant·e

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2340	Synapsi asbl	Centre Sportif de la Plaine des Coquerées	rue des Coquerées 50A 1348 Ottignies- Louvain-la-Neuve	09-02-23 16-02-23	2	09:00 - 16:00

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN179	Synapsi asbl	2

(Re)créer un partenariat avec les familles en maison de repos

CIBLE

Toute personne accompagnant des personnes âgées, travaillant dans le soin ou pas, en institution

OBJECTIFS

- Savoir se mettre à la place des familles et comprendre leur vécu et leurs attentes
- Permettre à chacun·e de fonctionner à sa juste place, ensemble, en partenariat
- Adapter sa communication pour mieux répondre aux familles dans un échange respectueux mutuel
- Déployer et améliorer les outils institutionnels à notre disposition pour créer un cadre harmonieux et professionnel de relations réciproques
- Professionnaliser le cadre de la relation avec les familles et la posture de chacun·e

CONTENU

- Dans le contexte institutionnel : les attentes de la personne hébergée, de sa famille et des professionnel·le·s, de l'institution, les uns par rapport aux autres afin d'en discerner les attentes non réalistes des attentes légitimes
- Un éclairage théorique sur les besoins de la personne hébergée, de sa famille et des professionnel·le·s par rapport à l'institution, afin de discerner le rôle que celle-ci doit jouer
- Pourquoi la notion de partenariat? Avantages et obstacles pour chacun·e
- Quelle place, quel rôle et quelles limites pour chaque acteur·rice dans ce partenariat qui se construit? Comment l'équilibrer et éviter qu'un·e acteur·rice ne prenne toute la place, ou n'en prenne pas?
- Les outils institutionnels mobilisés et mobilisables et réflexion sur leur usage dans notre cadre professionnel : moyens de communication formelle et informelle, projet de vie, conseil des résident·e·s, etc.
- Comment améliorer leur usage dans le but de renforcer la collaboration.
- L'impact de la communication sur la relation avec les familles et présentation d'outils d'écoute active, communication non-violente, gestion de l'agressivité, etc…

MÉTHODE

- Cercle de paroles pour permettre à chacun·e des participant·e·s de déposer et d'échanger autour du vécu, des attentes et besoins des différents protagonistes
- Théorie autour des besoins des familles, des résident·e·s et de la communication
- Exercices de mise en pratique, de résolution de problèmes à partir de cas concrets et jeux de rôle sur des situations vécues

FORMATRICE

Maud LASTELLE

Psychologue clinicienne et psychothérapeute. Elle travaille dans un service hospitalier de gériatrie et dans un centre multidisciplinaire de la douleur chronique depuis 2015

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2341	Le Bien Vieillir Asbl	Le Bien Vieillir Asbl	rue lucien nameche 2 bis 5000 Namur	20-04-23 27-04-23	2	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN180	Le Bien Vieillir Asbl	2

Comment faire avec ces familles qui refusent mon aide ? : accueil, prise en compte et partenariat avec les familles

CIBLE

Tout public de professionnel·le·s concerné·e·s par le travail avec des familles dans le cadre de l'accompagnement de bénéficiaires en difficulté

OBJECTIFS

- Redéfinir la place centrale de la famille comme partenaire de confiance et mieux comprendre les enjeux dans la relation professionnelle-famille-bénéficiaire(s)
- Repérer, développer et évaluer le positionnement nécessaire à une communication favorable à la collaboration et au partenariat avec les familles
- Analyser, comprendre, anticiper, prévenir et réguler les éventuels désaccords, conflits ou obstacles aux changements

CONTENU

- Représentation de votre place, vos limites ainsi que celles des membres de la famille dans l'accompagnement et vos échanges
- Réflexion sur les familles, du regard porté et de votre rôle dans votre relation avec elles
- La famille : sa structure, ses frontières, ses règles, ses rituels, son vécu et ses finalités
- Communication, relations, interactions entre les membres de la famille et entre la famille et vous
- Les crises et les conflits : risques et opportunités.
- Le positionnement professionnel dans la création et le maintien du lien (dans le respect de son cadre professionnel et de sa déontologie)
- Techniques communicationnelles de régulation de conflits et d'induction du changement

MÉTHODE

- Des éclairages théoriques
- De l'échange de pratique
- De l'expérimentation

FORMATRICE

Céline RASE

Formatrice et superviseuse d'équipes. Psychologue d'orientation systémique. Expérience et expertise dans le secteur de l'aide et soins à domicile et dans l'accompagnement d'équipes du non marchand. Démarche systémique ainsi que psychothérapeute en pratique privée.

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2342	CEFORM	CEFORM	rue du Centenaire 12 7160 Chapelle-lez-Herlaimont	22-05-23 30-05-23 06-06-23	3	09:30 - 16:30

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN181	CEFORM	3

Le partenariat avec les familles

CIBLE

Toute personne en possession d'un diplôme, brevet ou certificat de l'enseignement secondaire ou supérieure à orientation médicale, paramédicale, pédagogique ou sociale

OBJECTIFS

- Élargir ses compétences d'analyse des problématiques familiale
- Développer une attitude de partenariat avec les familles bénéficiaires

CONTENU

- Repérage et analyse des croyances, valeurs et préconstruits intervenant dans la rencontre avec les familles
- Appréhension des caractéristiques des familles et les problématiques les plus courants sur base de repères conceptuels (parentalité, bientraitance, travail en réseau...)
- Développement d'une attitude de partenariat et une intervention basée sur la présomption de compétences des familles.

MÉTHODE

Théorie, PPT, jeux de rôle, exercices pratiques d'analyse et de réflexivité

FORMATRICE

Bénédicte GENNART
Licenciée en droit, Médiatrice, psychothérapeute systémique

Code session	Opérateur	Lieu	Adresse	Dates	Jours	Horaire
F2343	CPFB	CPFB	place des sciences 1A 1348 Louvain-la-Neuve	13-11-23 20-11-23 27-11-23	3	09:00 - 16:45

PARTICULARITÉ

in situ

Référence	Opérateur	Jours
IN182	CPFB	3

LES ASBL ET FONDS SOCIAUX PARTENAIRES

A. Les asbl APEF et FeBi

Ces 2 asbl regroupent les organisations d'employeurs et de travailleur·euse·s qui gèrent les «Fonds de sécurité d'existence» du secteur non marchand francophone, néerlandophone et germanophone, dans l'objectif de coordonner, soutenir et amplifier leurs actions. En matière d'emploi, par les Fonds Maribel social et d'aménagement de fin de carrière (Plan Tandem, Pré-pensions...) et en matière de formation continuée par les Fonds qui perçoivent la cotisation « groupes à risque » de 0,10% sur la masse salariale et, certains, une cotisation supplémentaire pour efforts de formation.

Pour réaliser cet objectif, et par le regroupement des moyens humains et techniques, l'APEF et FeBi développent notamment des activités transversales pour plusieurs Fonds, telles ce catalogue, des études et recherches, de la production d'outils, etc.

B. Les Fonds sociaux

Les Fonds, dont la gestion est assurée de manière paritaire par les fédérations patronales et les organisations syndicales, proposent différents types d'actions, comme le financement de formation collective et des remboursements de droits d'inscription.

CP 304 francophone : Arts du spectacle - Fonds 304
Opérateurs culturels : théâtres, orchestres, opéras, compagnies...
Plus de 600 employeurs occupant en moyenne 11.000 travailleur·euse·s sur un trimestre pour 0.38 ETP (2017)
Marc Denisty - 02 250 37 83 - marc.denisty@apefasbl.org - www.fonds304.be

CP 319 : Etablissements d'éducation et d'hébergement bicommunautaires et fédéraux
Maisons d'accueil pour adultes en difficulté, aide aux personnes handicapées, centres d'accueil pour demandeurs d'asile...
Environ 2.500 travailleur·euse·s actifs chez 80 employeurs
Pernelle Courtois - 02 229 32 53 - 319bico@fe-bi.org - www.fe-bi.org

SCP 319.02 : Fonds social ISAJH

L''Aide à la jeunesse, l'Aide aux personnes handicapées, l'Aide aux adultes en difficulté et l'Aide au logement (Agences immobilières sociales).
26.000 travailleur·euse·s actif·ive·s auprès de 900 employeurs
Laurence Coulon - 02 227 22 47 - info@isajh.org - www.isajh.org

SCP 327.02 : Fonds de Sécurité d'Existence pour les Entreprises de Travail Adapté subsidiées par la COCOF & SCP 327.03 : Fonds de Sécurité d'Existence pour les Entreprises de travail Adapté wallonnes

Type de structures : Entreprises de Travail Adapté situées à Bruxelles et en Wallonie [subsidiées par la COCOF, l'AViQ ou la Communauté germanophone]
67 entreprises occupant près de 12.000 travailleur·euse·s

SCP 329.02 et 329.03 : Fonds 4S

Education permanente, radios-télévisions, fédérations sportives, clubs et établissements sportifs, bibliothèques, ludothèques, médiathèques, centres culturels, insertion et formation professionnelle, mouvements de jeunesse, centres de jeunes, musées et services éducatifs, tourisme non-commercial, coopération au développement, centres d'expression et de créativité, organisations encadrant ou soutenant celles des sous-secteurs précédents.
27.000 travailleur·euse·s actif·ive·s auprès de 3.800 employeurs.
02 227 59 83 – fonds-4s@apefasbl.org – www.fonds-4s.org

Fonds social pour les hôpitaux (indice ONSS 025)

Hôpitaux et Maisons de soins psychiatriques
53.569 travailleur·euse·s chez 53 employeurs
Yolande Van Ackere - 02 227 62 08 - formation-fshp@fe-bi.org - www.fe-bi.org

Fonds social pour les personnes âgées (indice ONSS 311 et 330)

Maisons de repos et Maisons de repos et de soins
40.979 travailleur·euse·s chez 497 employeurs
Nawal Mengari - 02 229 20 35 - formationpersonnesagees@fe-bi.org - www.fe-bi.org

Fonds social pour les établissements et services de santé - FS ESS (Indices ONSS 422, 522, 722 et 735)

Initiatives d'habitations protégées, maisons médicales, services du sang de la Croix-Rouge, institutions bicommunautaires, SEPPT, polycliniques...
Environ 16.000 travailleur·euse·s actif·ive·s chez 3.000 employeurs
Pernelle Courtois - 02 229 32 53 - gid-ess@fe-bi.org - www.fe-bi.org

CP 332 : Milieux d'accueil d'enfants - Fonds social MAE

Crèches, pré-gardiennats, maisons d'enfants, maisons communales d'accueil de l'enfance, haltes-garderies, services d'accueillantes encadrées à domicile et services d'accueil extra-scolaire.
600 employeurs occupant 8.000 travailleur·euse·s
François Willemot - 02 229 20 24 - mae@apefasbl.org - www.fondsmae.org

CP 332 : Secteurs de l'Aide sociale et des Soins de santé - Fonds Social ASSS

Centres de service social, de santé mentale, d'aide aux justiciables, de planning familial, de prévention et d'éducation à la santé, de lutte contre la toxicomanie, équipes SOS enfants, etc.
400 employeurs occupant 4.000 travailleur·euse·s
François Willemot - 02 229 20 24 - asss@apefasbl.org - www.fondsasss.org

CP 337 : Auxiliaire du Non-Marchand

Services de prestations sociales, associations culturelles, environnementales, médicales, éducatives, pour la défense des animaux, ALE...
Environ 35.500 travailleur·euse·s actif·ive·s chez 6.500 employeurs
Pernelle Courtois - 02 229 32 53 - fonds337@fe-bi.org - www.fe-bi.org

C. Qui sont nos partenaires ?

I. L' Enseignement de Promotion Sociale (EPS)

L'EPS accueille les adultes, s'inscrivant dans la dynamique de la formation tout au long de la vie. Les établissements de l'EPS sont des opérateurs de formation reconnus pour la qualité de leur programme et de leur enseignement. Ils offrent un éventail très large de thématiques allant de la gestion du stress à l'informatique.

La convention de partenariat entre l'EPS et le secteur non marchand offre des facilités et des tarifs avantageux pour toute collaboration d'une institution avec un établissement de l'EPS. L'objectif principal de cette convention est d'augmenter les compétences des travailleurs du secteur et de contribuer ainsi à l'amélioration de la qualité des services rendus par ces professionnels aux bénéficiaires.
Plus d'infos sur www.promsocnm.org

II. L'Association Bruxelloise pour le Bien-Etre au Travail (ABBET)

L'asbl ABBET met une équipe de professionnel·le·s du bien-être au service des associations agréées par un Décret de la COCOF ou de la COCOM relevant des Commissions paritaires 318, 319, 327, 329, 330 et 332.
Les objectifs généraux de l'ABBET consistent à informer et sensibiliser au bien-être au travail les associations agréées mais aussi à participer aux actions thématiques des fonds sociaux paritaires.
En outre, l'ABBET a également des missions spécifiques, « de consultance » sur le terrain, en réponse aux demandes des Associations en vue de :

- Expliquer le cadre de la loi sur le bien-être et informer des nouvelles dispositions
- Rencontrer les équipes dans les associations pour évaluer les attentes
- Effectuer des analyses de risques de manière participative
- Proposer des recommandations de plans d'action pour la réduction des risques
- Accompagner les associations dans leurs plans d'action
- Orienter vers des formations de Conseillers en prévention ou autres
- Réaliser des outils de prévention spécifiques au secteur non-marchand
- Organiser des échanges de bonnes pratiques
- Accompagner des associations qui le souhaitent à la mise en place de leur Service Interne de prévention et de Protection au travail (SIPP) ou d'un SIPP commun

Contact : info@abbet.be – Tél 02/227 62 02 - www.abbet.be

III. Competentia – Parcours professionnel

Vous voulez refaire les descriptions de fonction au sein de votre institution ? Optimaliser la formation des travailleur·euse·s ? Soutenir leur implication et leur motivation tout au long de leur carrière professionnelle ? Améliorer les services aux bénéficiaires et les objectifs de votre objet social ? Recruter moins et mieux ? Articuler des procédures d'accompagnement internes cohérentes ? Vous avez toute autre question au sujet de la gestion des compétences ?

Competentia est un projet financé par les Fonds de formation francophones APEF et FeBi et a pour mission de conseiller et d'orienter les institutions du secteur non marchand dans l'élaboration de leurs projets Compétences.

Retrouvez des infos et des outils sur www.competentia.be, faites appel au service conseil pour obtenir une réponse « sur mesure » à une problématique précise ou participez à l'un des ateliers thématiques organisés à Bruxelles, en Wallonie ou en ligne.

Le site www.parcours-professionnel.be permet en outre à chaque travailleur de mettre en étapes son projet de formation.

Contact :
02 227 62 03
www.competentia.be - info@competentia.be

IV. L'Office National de l'Enfance (ONE)

Depuis 2013, l'APEF et l'ONE collaborent sur plusieurs projets en lien avec la formation des professionnels des milieux d'accueil d'enfants reconnus par l'ONE
(0-18 ans, secteurs privé et public)

Réglementations en matière de formation

Des Décrets et Arrêtés stipulent les obligations en matière de formation initiale et continue des professionnel·le·s du secteur. Ces obligations sont détaillées, par type d'accueil, au sein de la fiche D du carnet de bord professionnel intitulée «Mon secteur et moi». Disponible gratuitement sous forme d'un classeur contenant 8 fiches pratiques, tout son contenu est à retrouver sur la plateforme Moncarnetdebord.be.

A noter : les activités de formation avec la mention «Valorisable Décret ATL» (en référence au Décret) au sein de ce catalogue sont valorisables dans le parcours de formation des professionnel·le·s de l'ATL. Sur demande des participant·e·s du secteur ATL, l'APEF délivrera une attestation de fréquentation.
Vous trouverez la liste des formations «Valorisable décret ATL»sur le site www.catalogueformaction.be

LISTE DES OPÉRATEURS DE FORMATION

Abbet
02/227 62 02
info@abbet.be
www.abbet.be

ANCOLIE
0498/59 10 07
direction@ancolie.be
www.ancolie.be

BRUXELLES FORMATION | BF ENTREPRISES
02/371 73 50
m.miesse@bruxellesformation.brussels
www.bruxellesformation.brussels

CAP ACTION
0486/945.912.
info@capaction.be
www.capaction.be

CEFEM
02/345 69 02
info@cefem.be
www.cefem.be

CEFORM
071/52 1 .79
info@ceform.be
www.ceform.be

CEFRET
056/84 20 39
laure.vandermensbrugghe@cefret.be
www.cefret.be

CECOTEPE
04/279 35 20
cecotepe@provincedeliege.be
www.cecotepe.be

CDGAI
04/366 06 63
cdgai@cdgai.be
www.cdgai.be

CENTRE DE FORMATION D'ANIMATEURS
02/511 25 86
rosemarie.bourgeois@cfaasbl.be
www.cfaasbl.be

CENTRE EUROPÉEN DU TRAVAIL
081/83 05 19
marie.hermans@lilon.be
www.lilon.be

CENTRE DE RECHERCHES DES INSTITUTS GROUPES DE LA HAUTE ECOLE LIBRE MOSANE (HELMo-CRIG)
04/220 16 39
c.bultot@helmo.be
http://www.crig.be

CERSO- HELHa
david.laloy@helha.be
www.helha.be

CESEP
067/89 08 53
eric.vermeersch@cesep.be
www.cesep.be

CITES CLINIQUE DU STRESS
04/254 79 05
a.burlet@isosl.be
www.licorne.isosl.be

CJLG
04 247 14 36
info@cjlg.be
www.cjlg.be

COALA
010/22 44 49
info@coala.be
www.coala.be

COCOON
0496/85 46 44
francois.christiane@skynet.be
www.cocoon-asbl.be

C-PAJE
04/223 58 71
justine@c-paje.info
www.c-paje.be

COLLECTIF RECHERCHE ET EXPRESSION
02/762 57 30
virginie.deckers@creeasbl.be
www.creeasbl.be

CPFB
010/47.90.18
Nathalie.daese@uclouvain.be
www.cpfb.be

CPSE
0476/25.85.48
alan.kyndt@cpse-edu.be
www.cpse.be

CROIX-ROUGE DE BELGIQUE
02/371 34 24
formipro@croix-rouge.be
https://formations.croix-rouge.be/professionnels/

EAFC THUIN
071/59 51 53
secretariat@eafc-thuin.be
http://www.thuinpromsoc.be/

EAFC FRAMERIES
065/67 22 28
info@claroform.be
www.eafc-frameries.be

EAFC RIXENSART
02/654 00 30
info@promsocbw.be
www.promsocbw.be

EAFC TAMINES GEMBLOUX
071/77 82 02
secretariat.promsoc@asbl-cel.be
https://asbl-cel.be/eics

ÉCOLE DES ARTS ET MÉTIERS
04/223.04.83
mherpin@ecl.be
www.artsetmetiers-liege.be

EIC ANDENNE
085/84.49.63
www.eicandenne.be

EMANCIPE ASBL
02/371 36 36
jl.vercaemst@emancipe.be
www.emancipe.be

ERGOTEAM
09/230 59 40
m.daneels@ergoteam.be
www.ergoteam.be

FORMASERVICES
069/35 47 00
thomas.chevalis@formaservices.be
www.formaservices.be

FORMATIONS REPÈRE
0498/68 02 07
info@formationsrepere.be
www.formationsrepere.be

FORMEVILLE
02/218 13 76
jammi.formeville@gmail.com
formeville.be

FORS HENALLUX
081/46 86 68
isabelle.mazy@henallux.be
www.services.henallux.be/fc/social

IDEJI ASBL
02/772 70 20
soumaya.a@ideji.be
www.ideji.be

IDEWE
016/39 04 11
training@idewe.be
www.idewe.be

INSTITUT PROVINCIAL DE FORMATION SOCIALE
081/77.54.86
virginie.staffe@province.namur.be
www.province.namur.be

ITN Namur
081/72 90 60
www.itn-namur.be

LA BOUTIQUE DE GESTION
081/26 21 58
cb@boutiquedegestion.be
www.boutiquedegestion.be

LE BIEN VIEILLIR ASBL
081/65 87 00
lebienvieillir@skynet.be
www.lebienvieillir.be

LIGUE DES FAMILLES
02/507 72 11
n.velu@liguedesfamilles.be
www.liguedesfamilles.be

LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT ET DE L'EDUCATION PERMANENTE
02/511 25 87
cecilevo@ligue-enseignement.be
www.ligue-enseignement.be

LIGUE FRANCOPHONE BELGE DE SAUVETAGE ASBL
010/45 75 45
d.ulweling@lfbs.org
www.lfbs.org

MD SAFETY
0498/608387
info@mdsafety.be
www.mdsafety.be

MÉDIATIONS ASBL
0486/26 56 42
mediations@mediationsasbl.be
www.mediationsasbl.be

PLATEFORME DE CONCERTATION DES SOINS PALLIATIFS
04/342.35.12
sandrine.jacques@psppl.be
ww.soinspalliatifs.be

PSDD asbl
081/81 36 90
psdd@skynet.be
www.psdd.org et www.aceis.be

RES - Réseau d'Entreprises Sociales
04/264 79 09
info@resasbl.be
www.crisalyence.com

RESSOURCES AU TRAVAIL - RESEAU CRISALYENCE
+32 10 39 16 34
info@crisalyence.com
www.crisalyence.com

SARAH ASBL
071/37 49 32
asbl.sarah@skynet.be
www.sarahformations.be

SAVE MY LIFE
010/88 10 22
info@savemylifeasbl.be
www.savemylifeasbl.be

SENIOR MONTESSORI
02/609 56 72
helene@senior-montessori.be
www.senior-montessori.be

STICS
02/414 23 04
stics@stics.be
www.stics.be

SYNAPSI
0478/47 84 06
frederic.delvigne@synapsi.be
www.synapsi.be

UNIVERSITÉ DE PAIX ASBL
081/55 41 40
c.cuvelier@universitedepaix.be
www.universitedepaix.be

UPDATE ASBL
02/646 25 45
jm.quinet@upcenter.be
www.upcenter.be

UPSKILL
010/39 15 41
morgane.duclay@upskill.be
www.upskill.be

ZOUPITIZOUP
0488/40 97 67
nathalie@zoupitizoup.be
www.zoupitizoup.be

SECTEURS APEF

- Socioculturel et sportif (Fonds 4S - SCP 329.02 et 329.03)
- Education et hébergement (Fonds ISAJH - SCP 319.02)
- Secteur des milieux d'accueil d'enfants (Fonds MAE - CP 332)
- Secteur de l'aide sociale et soins de santé ambulatoire (Fonds ASSS - CP 332)
- Secteur des Entreprises de Travail Adapté (Fonds ETA COCOF et Fonds ETA Wallon – SCP 327.02 et SCP 327.03)
- Arts du spectacle (Fonds 304 – CP 304 francophone)

SECTEURS FEBI

(francophone – Bruxelles et région wallonne)

- Hôpitaux (CP 330)
- Maisons de repos (CP 330)
- Autres établissements et services de santé (CP 330)
- Etablissements d'éducation et d'hébergement bicommunautaires (CP 319)
- Auxiliaire du non-marchand (CP 337)

RENSEIGNEMENTS
02 229 20 23 - formation@apef-febi.org
www.catalogueformaction.be

Form Action
Renforcez vos compétences