

ACCOMPAGNER – UNE DÉMARCHE DE VIE

ÊTRE AVEC SOI ET AVEC L'AUTRE

AVEC LE DR CATHY BLANC

OUVERT A TOUTES ET TOUS

CYCLE DÉCOUVERTE

EN VISIOCONFÉRENCES DE 9H00 À 12H30
LES SAMEDIS 30 JANVIER – 6 FÉVRIER – 6 MARS 2021

-

CYCLE APPROFONDISSEMENT

6 MATINÉES EN VISIOCONFÉRENCES
2 JOURNÉES EN PRÉSENTIEL

POUR TOUT RENSEIGNEMENT ADMINISTRATIF

Secrétariat : +33 07 69 31 37 11 - contact@accompagnement-ecoe.fr
Site : www.accompagnement-ecoe.fr
Responsable pédagogique : Cathy BLANC

PRÉAMBULE

Tôt ou tard la perte, le chagrin, le deuil, la maladie... toucheront nos proches ou nous-mêmes. Serons-nous prêts ? Saurons-nous être à leurs côtés ?

La démarche de l'accompagnement permet de découvrir des approches novatrices dans la relation à tout autre vulnérable. Elle nous invite à incarner les valeurs d'humanité dans notre vie, professionnelle et personnelle.

Apprendre à accompagner participe à l'élaboration d'un tissu social plus humain, solidaire et éthique.

PUBLICS CONCERNÉS

- **Toute personne**
 - souhaitant découvrir l'association
 - souhaitant développer ses qualités d'humanité
 - en relation avec des personnes fragilisées
 - désirant devenir bénévole d'accompagnement
- **Professionnels**
 - de la Santé, de l'Action Sociale ou Éducative
 - des métiers confrontés à la souffrance
 - qui souhaitent développer leurs qualités d'humanité

CYCLE DÉCOUVERTE

"Accompagner pour participer à une société plus humaine et plus solidaire "

OBJECTIFS

- Développer ses capacités d'écoute et d'attention pour mieux entrer en relation avec l'autre ;
- Se sensibiliser aux attitudes favorables à un accompagnement de personnes en difficultés ;
- Échanger autour de sa place d'humain, de l'accompagnement et du bénévolat.

CONTENU

- L'accompagnement : pourquoi, comment, qui, où...
- Silence et attention : deux outils à intégrer dans différents aspects de sa vie
- Écoute et communication : ses fondamentaux pour une meilleure attention aux autres

MODALITÉS

Dates : 3 Matinées en visioconférence (9h-12H30)

- 30 janvier
- 6 février 2021
- 6 mars 2021

Tarif : 75 € le cycle (gratuit pour les personnes ayant déjà suivi la formation)

CYCLE APPROFONDISSEMENT

Ces modules sont destinés aux personnes ayant assisté à un cycle découverte ou ayant déjà participé à des formations avec ecoé .

Ils sont indispensables pour toute personne souhaitant devenir bénévole.

OBJECTIFS

- Développer une intelligence relationnelle et émotionnelle dans la relation à l'autre ;
- Renforcer la confiance en ses compétences et ses valeurs ainsi que celles de l'autre ;
- Appréhender les enjeux des personnes face à la maladie, à la souffrance et à la mort ;
- Prendre en compte les relations sociales, familiales ;
- Aborder l'éthique de la posture ;
- Acquérir des notions de base sur la fin de vie et les soins palliatifs en France ;
- Conjuguer la bienveillance, la tolérance, le non- jugement et l'efficacité en équipe ;
- Appréhender l'engagement du bénévole d'accompagnement
 - Rôles
 - Responsabilités et limites envers le patient, la famille et l'institution
- Rencontre avec des bénévoles en action.

CONTENU - DATES

- **Prendre soin de l'autre : intelligence émotionnelle et relation empathique**
Matinée en visioconférence (9h-12H30)
27 mars 2021
- **Être avec l'autre vulnérable – Servir/assister**
Matinée en visioconférence (9h-12H30)
17 avril 2021
- **La vie la mort : comment "être" aux côtés de ceux qui partent ou qui restent**

Journée en présentiel à Montpellier (9h30-17H00)

1^{er} mai 2021

- **Prendre soin de plus vaste : Besoins spirituels, les différencier du religieux**

Matinée en visioconférence (9h-12H30)

22 mai 2021

- **Communication et attitude de l'accompagnement et rencontre avec des bénévoles**

Journée en présentiel à Montpellier (9h30-17H00)

5 juin 2021

- **Prendre soin de soi**

Matinée en visioconférence (9h-12H30)

Date fixée ultérieurement (septembre/octobre 2021)

- **Prendre soin de l'autre**

Matinée en visioconférence (9h-12H30)

Date fixée ultérieurement (septembre/octobre 2021)

- **Fin de vie en France et dans nos sociétés**

Matinée en visioconférence (9h-12H30)

Date fixée ultérieurement (septembre/octobre 2021)

MODALITÉS

6 matinées en visioconférence (9h-12H30) : 27 mars, 17 avril, 22 mai et 3 dates en septembre/octobre 2021

2 journées en présentiel (9H30-17H) à Montpellier : 1^{er} mai et 5 juin

Tarifs :

- 300 € le cycle
- tarif préférentiel pour inscription simultanée aux cycles découverte et complémentaire : 325 € les 2
- gratuit pour les personnes ayant déjà suivi la formation

METHODOLOGIE ECOE

DANS SON ORIGINALITÉ, LA MÉTHODOLOGIE S'APPUIE SUR :

- Une **approche expérientielle** : pour optimiser les capacités d'intelligence cognitive, émotionnelle et relationnelle, se préserver dans le stress, développer une communication authentique, bienveillante et efficiente ;
- Des apports de **connaissances théoriques** au travers de différents supports écrits, audio, vidéo pour valider les apports et approfondir les thématiques ;
- Des **analyses de situations** ouvrant à différentes réflexions thématiques.

OUTILS PÉDAGOGIQUES

- **“La pause méditative”**: **outil incontournable** de nos formations, ces temps de silence guidés permettent de :
 - Prendre soin de soi en s'offrant un temps de détente, en permettant une profonde gestion du stress et de nos priorités ;
 - Développer l'écoute et l'attention par plus de conscience et d'ouverture vis-à-vis de soi-même, vis-à-vis de l'autre et du monde qui nous entoure ;
 - D'initier une démarche réflexive visant à la connaissance de soi, pour mieux comprendre les autres ;
 - Intégrer des acquis dans la vie quotidienne en favorisant la création de nouvelles habitudes.
- **Des mises en situation et des exercices de simulation**
ecoé propose des mises en situation interactives et des exercices de simulation en binôme dans le respect de la confidentialité. Ainsi chaque participant peut se sentir en sécurité dans l'expérimentation de la situation et de ses ressentis.

ÉQUIPE DE FORMATEURS

- Responsable de formation : Dr Cathy Blanc, **médecin**, spécialisée dans la relation humaine et l'accompagnement. Interpellée par la déshumanisation de divers secteurs des domaines sanitaires, sociaux et professionnels en général, elle développe des formations pour incarner l'éthique du "care". Ses compétences s'articulent autour de :
 - Accompagner la souffrance et le changement, en incarnant une posture éthique ;

- Initier et développer l'attitude du "prendre soin" pour permettre un mieux vivre et travailler ensemble.
- Nos formations sont le plus souvent animées par deux formateurs formés à la méthodologie ecoé.

La co-animation permet d'accueillir chacun dans sa différence et de mettre en marche une dynamique individuelle et collective. Elle s'appuie sur des compétences élargies pour porter la meilleure attention aux participants et leur permettre d'intégrer les notions abordées dans leur posture au-delà de la simple compréhension.