

Maison
Associative
de la Santé

FORMATIONS des ADHERENTS 2023





La Maison Associative de la Santé (MAS) a pour mission de vous accompagner et répondre à vos besoins en proposant des formations destinées à renforcer vos connaissances et compétences liées à vos pratiques bénévoles.

Notre approche pédagogique :

- Répondre au besoin de mieux se comprendre, de partager ses observations avec d'autres, dans un climat relationnel à base d'écoute et de non-jugement.
- Un apport théorique et une place importante donnée aux temps d'échanges en groupe pour favoriser le retour d'expérience.
- Des exercices pratiques basés sur des éléments, des exemples réels de terrain, choisis et adaptés en fonction des bénévoles présents permettant au(x) stagiaire(s) d'assimiler les notions dispensées durant la formation.

Sommaire

Ecoute et accompagnement

Niveau 1
1 session

p. 4

Niveau 2
2 sessions

p. 6

***Premiers Secours en
Santé Mentale***

p. 7

Modalités et contact

p. 9

Ecoute et accompagnement

Niveau 1

Dates	Horaires	Lieu
Vendredi 09 juin	9h - 17h	MAS
Mercredi 20 septembre¹	accueil dès 8h45	

OBJECTIFS

- Développer ses compétences d'écoute et d'accompagnement
- Connaitre son fonctionnement, ses compétences et limites dans la relation d'accompagnement

CONTENU

JOUR 1

- Les enjeux et les caractéristiques d'une qualité d'écoute : expériences et auto-diagnostic
- Les différentes attitudes d'écoute (attitudes de Porter)
- Les composantes essentielles d'une écoute de compréhension /reformulation
- Incarner une valeur éthique : faire cohabiter éthique et pratique lors d'un accompagnement

JOUR 2

- Travail sur la reformulation
- Différencier les faits, les pensées et le ressenti afin d'éviter les jugements et interprétations, et demeurer dans une juste distance
- Les difficultés à écouter : repérage, exercices d'écoute et de reformulation
- Le cas de l'écoute à distance
- Reconnaître et accueillir les émotions

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Documents supports de formation
- Exposés théoriques
- Travaux de groupe : à partir d'exemples de situation d'écoute
- Mise en situation

Cliquez sur ce lien pour vous inscrire:

[Formation Ecoute et accompagnement niveau 1](#)

Intervenant.e: Marie Michel, psychologue clinicienne

Ecoute et accompagnement

Niveau 2

Dates	Horaires	Lieu
Vendredi 05 mai ²	9h - 17h	MAS
Mercredi 13 Décembre ³	accueil dès 8h45	

OBJECTIFS

Dans la suite du module de formation à l'écoute de niveau 1, cette journée a pour objectif l'approfondissement des compétences d'écoute et d'accompagnement en tant que bénévole.

CONTENU

- Rappel des grands principes de l'écoute active vus lors de la formation à l'écoute de niveau 1
- Relecture d'expérience au sein du groupe suite à la première formation : observation du changement, retour sur des difficultés rencontrées
- S'entraîner à la reformulation : mises en situation
- Accompagner le changement : aider l'autre à formuler une difficulté.

Cliquez sur ce lien pour vous inscrire:

[Formation Ecoute et accompagnement niveau 2 : 05 mai](#)

[Formation Ecoute et accompagnement niveau 2 : 13 décembre](#)

Intervenant.e: Marie Michel, psychologue clinicienne

2: Réserve en priorité aux participants du niveau 1 des 2 et 3 novembre 2022

3: Réserve en priorité aux participants du niveau 1 des 9 juin et 20 septembre 2023

Premiers Secours en Santé Mentale

Dates	Horaires	Lieu
Mardi 20 et mercredi 21 Juin	9h - 17h accueil dès 8h45	MAS

OBJECTIFS

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information adaptée
- Mieux faire face aux comportements agressifs

CONTENU

La formation apprend comment fournir un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

JOUR 1

- Introduction à la santé mentale et aux interventions.
- Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale
- Plan d'action pour la dépression:
 - Rappel de la dépression
 - Action 1 pour la dépression
 - Crise suicidaire : Présentation - Assister
- Les troubles anxieux
 - Présentation des troubles anxieux: Signes et symptômes
 - Interventions

JOUR 2

- Plan d'action pour les troubles anxieux
 - Rappel des troubles anxieux
 - Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
- Les troubles psychotiques
 - PSSM pour les troubles anxieux (suite)
 - Présentation des troubles psychotiques
- Plan d'action pour les troubles psychotiques
 - Rappel des troubles psychotiques
 - Action 1 pour les troubles psychotiques
 - Crise psychotique sévère : Présentation - Assister
 - Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)
- L'utilisation des substances et le plan d'action
 - Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
 - Action 1 pour l'utilisation de substances
 - Crise liée à l'utilisation de substances
 - Crise d'agressivité
 - Urgence médicale
 - PSSM pour l'utilisation des substances (suite)

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Documents supports de formation
- Exposés théoriques
- Mise en situation: exemple de situations

Cliquez sur ce lien pour vous inscrire:
Formation PSSM

Intervenant.e: Nathalie Girard, formatrice accréditée par PSSM France

Modalités et contact

Gratuit, à destination des membres des associations adhérentes à la MAS

Ces formations sont subventionnées par l'ARS Bretagne.



Inscriptions

Toute inscription se fait via le lien google form disponible sur les pages formations ou par mail à **contact@maisondelasante.com**, en précisant votre nom, prénom, n° de téléphone et le nom de votre association.

Votre inscription ne vaut pas nécessairement une participation. Une réponse vous sera adressée quelques jours après la date limite.



 Espace Santé Olivier Sabouraud
7 rue de Normandie
RENNES

 contact@maisondelasante.com

 02 99 53 48 82

**Maison
Associative
de la Santé**

Accès

Bus n°12 - Arrêt Normandie

Métro ligne A - J.F Kennedy et Villejean Université

