

Formation : dispositif de soutien pour les travailleur.se.s de première ligne



Vous êtes médecin, pharmacien, assistant social, psychologue... ?
Vous travaillez en première ligne dans la santé ou l'action sociale ?
Vous exercez à Verviers et dans son arrondissement ?

Vous accompagnez et soutenez au quotidien...

ET SI VOUS PENSIEZ À VOUS ?

**Mettez des mots sur vos ressentis,
trouvez le soutien dont vous avez besoin,
échangez en groupe sur les dernières crises,
profitez d'un moment de convivialité...**



PRENEZ 3 HEURES POUR FAVORISER VOTRE BIEN-ÊTRE

Pour plus d'informations : 087/35.15.03

En collaboration avec   et avec le soutien du Fond Docteur Daniel De Coninck, géré par la Fondation Roi Baudoin 

À propos de cet évènement

L'ASBL Un pass dans l'impasse, le Réseau de Santé Mentale de l'EST et le Centre Verviétois de Promotion de la Santé unissent leurs forces respectives et complémentaires pour vous convier à une formation de 2h30 sur le bien-être et la gestion du stress. Il s'agit d'un dispositif de soutien en vue de prévenir l'épuisement professionnel des travailleur.se.s de première ligne impacté.e.s par la crise sanitaire, plus récemment, par les inondations dans l'arrondissement de Verviers et par la crise géopolitique actuelle.

Les travailleur.se.s, eux-mêmes victimes de ces crises, ont mobilisé tout leur professionnalisme pour rassurer, pour épauler la population face à une angoisse profonde et quotidienne. Un épuisement se fait ressentir ainsi qu'une impression de trop-plein qui aggrave une charge émotionnelle et une souffrance déjà fort présentes.

Il nous semble crucial d'offrir un temps de répit et de ressourcement aux professionnel.le.s, ainsi qu'un partage d'expériences en groupe, qui mènent à une reconstruction et qui permettent de redonner du sens à son métier. Cette formation sera également l'occasion d'évaluer la manière dont vous prenez soin de vous, suite à quoi nous entreverrons des pistes d'amélioration / prévention lors d'échanges et d'exercices pratiques. Pour terminer, à la fin de la formation nous vous proposons un « catering-gathering » de 30 minutes pour échanger de manière informelle avec les autres professionnel.le.s, en vue de favoriser l'élargissement du réseau pluridisciplinaire.

PUBLIC CIBLE : Tout.e travailleur.se de première ligne dans la santé ou l'action sociale.

OBJECTIFS :

- Favoriser son bien-être ;
- S'outiller pour prendre soin de soi ;
- Echanger en groupe sur sa réalité de terrain ;
- Profiter d'un moment de convivialité ;
- Avoir un lieu de soutien pour mettre des mots sur la souffrance et l'épuisement ;
- Revaloriser le travail de première ligne au travers d'outils d'auto-soins ;

- Donner des pistes pour prévenir un épuisement professionnel ;
- Partager son stress en équipe pluridisciplinaire pour diminuer le sentiment de solitude ;
- Favoriser le tissage du lien et l'élargissement du réseau professionnel.

METHODOLOGIE : Une pédagogie interactive axée sur l'échange avec les participant.e.s et la mise en pratique. Un support PowerPoint et un guide pratique sont également utilisés.

ANIMÉE PAR : Océane Ghijssels (Formatrice pour l'ASBL Un pass dans l'impasse).
L'évènement est financé par le Fonds Docteur Daniël De Coninck, géré par la Fondation Roi Baudoin, avec la participation de la Région Wallonne.

• **13/09 : 10h30-13h30 (Espace Wallonie) / 14-17h00 (Espace Wallonie) / 18h00-21h00 (CVPS),**

- **SPW Espace Wallonie** – Rue Coronmeuse, 6, 4800 Verviers
- **CVPS** – Rue Xhavée 21, 4800 Verviers

• **03/10 : 9h-12h / 12h30-15h30 / 15h30-18h30,**

- **Malmundarium** - Pl. du Châtelet 10, 4960 Malmedy

• **13/10 : 12h00-15h00 / 15h00-18h00 / 18h00-21h00**

- **Malmundarium** - Pl. du Châtelet 10, 4960 Malmedy

• **14/11 : 8h30-11h30 / 11h00-14h00 / 14h00-17h00**

- **Hôtel de Ville de Pepinster**

• **05/12 : 8h30-11h30 / 11h00-14h00 / 14h00-17h00**

- **SPW Espace Wallonie** – Rue Coronmeuse, 6, 4800 Verviers

• **19/12 : 8h30-11h30 / 11h00-14h00 / 14h00-17h00**

- **SPW Espace Wallonie** – Rue Coronmeuse, 6, 4800 Verviers

Formation gratuite / inscription indispensable

Accueil : prévoyez de venir 15 minutes avant le début de la séance.