

La gestion du stress pour le personnel de maisons de repos

 8 h  160,00 €

Public

Membres du personnel des maisons de repos en relation avec les résidents.

Objectifs

La qualité de vie des résidents d'une maison de repos est un concept qui est déterminé par un ensemble de facteurs. Certains sont propres à la personne âgée, à son vécu, à sa personnalité, d'autres dépendent de l'environnement et notamment des relations avec les membres du personnel.

En parallèle, le personnel des maisons de repos doit faire preuve de flexibilité et d'adaptation. Non seulement ils doivent mener à bien les « missions » pour lesquelles ils sont engagés, mais ils doivent également interagir de manière humaine et empathique avec leurs collègues et surtout avec les résidents et les familles. Chose pas toujours évidente alors qu'ils sont soumis au stress lié à la quantité des tâches à accomplir, à l'absentéisme, aux horaires décalés, aux conflits de valeurs, ...

En partant du postulat qu'un « accompagnant » serein au travail apportera davantage de sérénité aux résidents, cette formation a pour objectif d'aider les membres du personnel à mieux comprendre le stress, les mécanismes par lesquels il s'exprime et surtout comment agir sur celui-ci.

- Qu'est-ce que le stress ?
 - Origine
 - Identifier les différents types de stress
 - Conséquences liées au stress
- Analyser et évaluer son stress personnel et celui que l'on peut identifier chez les résidents
- Comment agir sur le stress ?
- Développer son intelligence émotionnelle et permettre une meilleure compréhension des émotions et des besoins qui en découlent
- Transformer les pensées négatives en pensées positives et constructives
- Faire le lien entre valeurs personnelles et professionnelles
- Découverte de divers outils permettant d'agir contre le stress (méditation, musicothérapie, psychologie positive, médiation artistique, aromathérapie, ...). Identifier ceux qui fonctionnent pour nous ainsi que ceux qui pourraient aussi être mis à profit dans l'accompagnement des résidents.


Remarque : La formation se veut interactive et demande une implication personnelle à travers différents exercices pratiques

Informations pratiques

> **Droit d'inscription**

160,00 €

> **Horaires**

 Liège

> Le 11 février 2021
De 8h30 à 17h30

> **Certificat - Attestation**

Attestation de participation

> **Aides sectorielles à la formation**

Pouvez-vous bénéficier d'une aide sectorielle ? Pour en savoir plus, consultez l'onglet **Fonds sectoriels de formation** (<http://www.formation-continue.be/vpage-1195-2-Fonds-sectoriels-de-formation>)

> **Reconnaissance**

Cette formation est agréée comme journée de formation permanente pour Directeurs de Maisons de Repos par l'AVIQ de la Région wallonne, Département des Aînés et de la Famille.

Elle est également agréée par la COCOM

Cette formation entre dans les thèmes subsidiés par la FeBI.

Plus de renseignements en suivant ce lien <https://www.fe-bi.org/fr/secteurs/Fonds/32424/cp-330-secteur-des-personnes-agees-formation-projets-subsidies-covid-19> (<https://www.fe-bi.org/fr/secteurs/Fonds/32424/cp-330-secteur-des-personnes-agees-formation-projets-subsidies-covid-19>)

La gestion du stress pour le personnel de maisons de repos - Liège, Le jeudi 11 février 2021

Renseignements

04/229.84.20

€ 160,00 €



Dates de formation

Le jeudi 11 février 2021

Horaire

De 8h30 à 17h30



Site de Liège Sainte-Beuve

Boulevard Sainte-Beuve, 1
4000 Liège
Belgique

inscription-sainte-beuve@centreifapme.be

[04/229.84.20](tel:042298420)

Formateur

Murielle Fochon, éducatrice Spécialisée, référente en démence et coach de vie spécialisée dans la gestion du stress chez l'enfant et l'adulte ainsi que dans l'accompagnement spécifique des personnes concernées par des troubles cognitifs.