

MONTER DES ATELIERS COLLECTIFS SUR LES ÉMOTIONS ET LA GESTION DU STRESS

(PUBLIC : 6-25 ANS ET PARENTS)

Les émotions et la gestion du stress sont des thématiques fréquentes dans le diagnostic des besoins des publics. Comment animer des temps collectifs pour en parler ?
Quelles postures adopter ? Quels outils utiliser ?



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Définir une émotion, identifier les émotions et leurs intérêts
- Déterminer des objectifs pouvant être visés lors d'un atelier auprès du public.
- Imaginer un atelier autour des émotions ou du stress : connaître des techniques d'animation, des outils et réfléchir sur sa posture d'animateur



Profils des participants

Tout professionnel ou bénévole impliqué dans une structure accueillant des parents, des enfants ou des jeunes (6 à 25 ans).

Les acteurs du Rhône sont prioritaires.



Si vous êtes en situation de handicap ou si vous avez des besoins particuliers, merci de nous contacter afin de vérifier ensemble les possibilités d'aménagements.



Pré-requis

Être en situation ou projeter d'animer des actions collectives autour des émotions ou du stress.



DATES

Jeudi 16 mai 2024



HORAIRES & DURÉE

9h -12h30 et 13h30 - 17h
1 jours - 7 heures



LIEU

Lyon 1^{er}



GROUPE

10 à 15 personnes,



INTERVENANTES

Caroline MIGNOT,
formatrice en promotion de
la santé à l'IREPS ARA,
Délégation Rhône.



Programme

- Les émotions : qu'est-ce que c'est ? Quels rôles ? Quels pièges ?
- Outils et techniques d'animation
- Cadre et posture d'animation
- Co-construction d'ateliers concrets



Modalités pédagogiques

Formation qui peut être suivie seule, ou complétée par d'autres formations CPS

Formation en présentiel dans une salle équipée et dédiée à la formation.

Démarche participative qui alterne apports théoriques, travaux de groupes et mises en situation.

Mise à disposition des ressources pédagogiques via un extranet.



Suivi et évaluation

Evaluation des acquis : questionnaire d'auto-positionnement avant et après la formation, questions, exercices et mises en situation pendant la formation.

Suivi de la formation : émargement par demi-journée, remise d'un certificat de réalisation en fin de formation.

Evaluation de la formation : questionnaires de satisfaction à chaud et à froid.



TARIF

Sans frais pédagogiques grâce au soutien de l'ARS ARA. Les frais de déplacement et de repas restent à la charge des participants.



CONTACTS

Contact pédagogique :

Caroline MIGNOT
camille.mignot@ireps-ara.org
04 72 41 66 01

Contact administratif :

Djezira THOMASI
formation69@ireps-ara.org
04 72 41 66 01



PRÉ-INSCRIPTION

Date limite 2 mai 2024
dans la limite des places disponibles.

site internet : ireps-ara.org

Je me pré-inscris



Avec le soutien de :

