



## **PRÉVENIR L'USURE PROFESSIONNELLE POUR MIEUX PRENDRE SOIN DES ENFANTS 13-14 juin 2024**

### **PUBLIC CONCERNÉ**

Tout professionnel intervenant auprès de publics enfants, adolescents ou adultes

### **PRÉREQUIS**

Pas de prérequis exigé à l'entrée en formation

Accessibilité personne en situation de handicap : à préciser lors de l'inscription pour adaptation

### **FINALITÉ DE LA FORMATION**

Prévenir les risques d'usure professionnelle

### **OBJECTIFS**

- Pratiquer des exercices pour réguler le stress en situation professionnelle
- Définir une stratégie d'action contribuant au mieux-être professionnel

### **DÉROULÉ/CONTENU DE LA FORMATION**

Première journée

#### **Ouverture de la formation**

#### **Comprendre l'influence des éléments physiques, émotionnels et cérébraux**

Les principes de la psychologie positive et leur application dans le milieu du travail

Prendre conscience des tensions corporelles

Expérimenter des exercices favorisant leur diminution

#### **Développer ses ressources pour faire face au stress professionnel**

Expérimenter des techniques de gestion du stress en situation de travail

Repérer ses forces et ses limites dans son activité professionnelle

Identifier les pratiques favorisant la santé mentale au travail

Deuxième journée

#### **Engager des relations positives avec soi, les autres et son environnement**

Accroître un regard appréciatif pour faire face au biais de négativité

Développer l'empathie envers les personnes accueillies

Explorer des conduites psychosociales différentes de ses tendances comportementales

#### **Définir des stratégies contribuant au mieux-être professionnel**

Construire des leviers motivationnels

Exercices de mise en situation

Cibler les actions individuelles à mettre en place

#### **Bilan et clôture de la formation**

### **DURÉE ET HORAIRES DE LA FORMATION**

2 jours, soit 7 heures de formation, de 9h00 à 17h00 (déjeuner libre).

### **COÛT PÉDAGOGIQUE**

485 euros net (le GRAPE INNOVATIONS n'est pas assujéti à la TVA)

### **QUALIFICATION VISÉE**

Pas de qualification à l'issue de la formation

### **MODALITÉS D'ENCADREMENT**

En présentiel

[www.grape-innovations.coop](http://www.grape-innovations.coop)  
[info@grape-innovations.coop](mailto:info@grape-innovations.coop)





## **COMPÉTENCES ET QUALIFICATION DE LA FORMATRICE PRESENTIE**

Violaïne MARTINEZ, Psychologue clinicienne, certifiée experte en psychologie positive, formatrice spécialiste de la Petite Enfance intervenant auprès des équipes d'EAJE et d'établissements médico-sociaux.

## **MOYENS PÉDAGOGIQUES ET DÉMARCHES D'ACQUISITION DES COMPÉTENCES**

### **Méthodes démonstratives, interrogatives, expérimentales actives avec :**

- Réflexions et échanges sur les pratiques professionnelles
- Apports théoriques illustrés par le contexte d'exercice des stagiaires
- Temps de travail en groupes restreints ou en binôme
- Exercices de mises en pratiques
- Pratique d'outils contribuant au bien-être
- Partage et retours d'expériences
- Diffusion et analyse d'extraits vidéo

Notre approche privilégie une pédagogie active qui favorise les échanges entre professionnels et le transfert de connaissances au sein du groupe. Nous concevons l'ensemble de nos interventions en lien étroit avec les réalités professionnelles. Aussi, les apports théoriques, les exercices et les mises en situation s'appuient sur l'expérience des participants et le contexte de fonctionnement de leur service. Ces différents dispositifs visent à développer les compétences et ressources des personnes en appui sur les missions de leurs établissements et leur rôle spécifique au sein d'une équipe.

Un document pédagogique, remis à chaque stagiaire sous forme dématérialisée, propose une synthèse des principaux points abordés par le formateur.

## **MODALITES ET DISPOSITIF D'ÉVALUATION**

### **1) Évaluation des compétences**

Cette formation fera l'objet d'une évaluation pédagogique qui sera réalisée par un exercice écrit.

### **2) Satisfaction**

Cette formation fera également l'objet d'une évaluation qualitative par le biais d'un formulaire individuel à remplir sur place et par un temps d'expression orale en groupe.

À l'issue de la formation, le GRAPE INNOVATIONS délivre au bénéficiaire un certificat de réalisation, mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

## **CADRE DÉONTOLOGIQUE**

Pour toutes nos formations, le GRAPE INNOVATIONS pose un cadre déontologique qui permet de favoriser l'engagement, la pensée et l'expression de tous, dans le respect de chacun. Les règles nécessaires au bon déroulement de la formation sont énoncées par les formateurs qui en sont les garants:

- Ponctualité et assiduité pour assurer la stabilité du groupe
- Respect de la parole et de l'intégrité de chacun
- Discrétion sur ce qui est dit et vécu au sein du groupe.

Les formateurs s'engagent à respecter la confidentialité par rapport à toute information recueillie au cours de l'action et rappellent, si nécessaire, leur devoir de neutralité quant à des sollicitations d'avis concernant les institutions ou les collectivités représentées

## **II - ORGANISATION**

### **LIEU DE FORMATION**

GRAPE INNOVATIONS  
115 rue Vendôme  
69006 LYON

[www.grape-innovations.coop](http://www.grape-innovations.coop)  
[info@grape-innovations.coop](mailto:info@grape-innovations.coop)





## CONTACT GRAPE INNOVATIONS

Véronique BRUNIER

Adresse électronique : [grape.innovations@wanadoo.fr](mailto:grape.innovations@wanadoo.fr)

Téléphone : 04 37 24 04 79

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP



Notre référent handicap étudie les solutions pour préparer les conditions d'arrivée et adapter les contenus, supports et outils pédagogiques.

### Référente Handicap

Justine ROLLOT

Adresse électronique : [grape.innovations@wanadoo.fr](mailto:grape.innovations@wanadoo.fr)

Téléphone : 04 37 24 04 79

## MODALITÉ D'INSCRIPTION – DÉLAIS D'ACCES

L'inscription à un stage s'effectue par le retour du bulletin d'inscription dûment complété. Ce bulletin est disponible sur notre site [www.grape-innovations.coop](http://www.grape-innovations.coop) ou sur simple demande téléphonique au 04 37 24 04 79.

Le GRAPE INNOVATIONS adresse alors le programme, les conditions générales de vente et le devis au client. Ce dernier est tenu de retourner à l'organisme un exemplaire du devis daté, signé et tamponné, avec la mention « Bon pour accord ». Cette confirmation écrite donnera lieu à l'envoi d'une convention qui devra nous parvenir signée par retour de courrier au plus tard 30 jours avant le début de la formation.

L'inscription à la formation est confirmée à la réception de la convention signée.

## FINANCEMENT

Vous êtes salarié.es : nos formations peuvent être financées soit par les OPCO dans le cadre du Plan de Développement des Compétences, soit par l'employeur qui a prévu une ligne budgétaire interne pour la formation de ses salariés. Si vous êtes travailleur indépendant, vous pouvez bénéficier du financement total ou partiel de vos formations en contre partie de la Contribution à la Formation Professionnelle (CFP). Dans le cas de financements personnels, nous pouvons vous proposer des tarifs préférentiels pour certaines formations.

## INFORMATIONS CHIFFRÉES

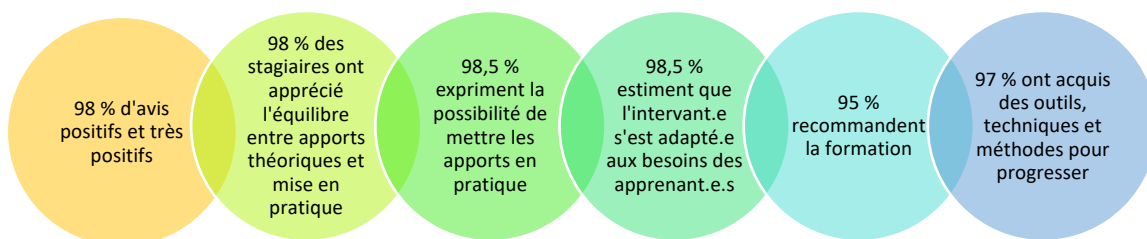
### Pour ce stage

Validation des acquis sur la dernière session : 100 %

Satisfaction globale pour cette formation sur la dernière session : 100% (satisfait et très satisfait).

Nombre de stagiaires concernés : 9 personnes

Du 1er janvier 2023 au 31 décembre 2023, 1 366 stagiaires se sont exprimé.e.s à l'issue de nos 28 sessions de formations Inter et 116 sessions de formations Intra.



## PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE

Toutes les photocopies extraites d'œuvres publiées, sont faites légalement dans le cadre d'un contrat signé avec le CFC (Centre Français d'Exploitation du Droit de Copies).

Le client s'engage en son nom et celui de ses collaborateurs à respecter la propriété

[www.grape-innovations.coop](http://www.grape-innovations.coop)  
[info@grape-innovations.coop](mailto:info@grape-innovations.coop)





intellectuelle, à utiliser les supports ou outils fournis en conformité avec les règles d'usage, et en particulier à ne pas les diffuser à l'extérieur, sauf autorisation de la part du GRAPE INNOVATIONS pour ceux qui sont sa propriété.

[www.grape-innovations.coop](http://www.grape-innovations.coop)  
[info@grape-innovations.coop](mailto:info@grape-innovations.coop)



GRAPE INNOVATIONS\_230705  
115 rue Vendôme 69006 Lyon - Tel : 04-37-24-04-79 RCS Lyon 434165593  
Siret N° 434 165 593 000 2 \_Cellule formation continue 82690702169 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État)  
Apprendre à se ressourcer pour mieux prendre soin