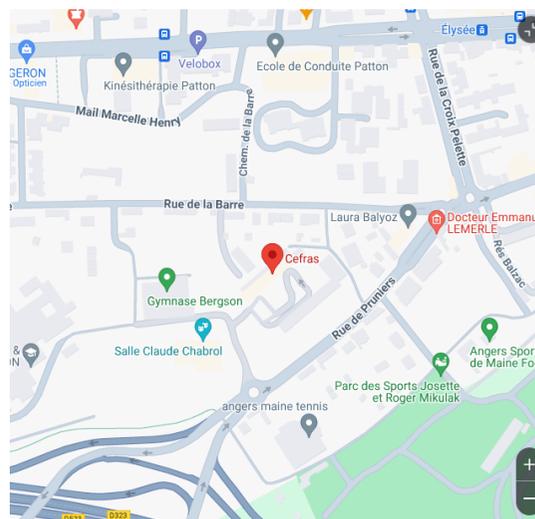




Lieu de formation :

CEFRAS ANGERS

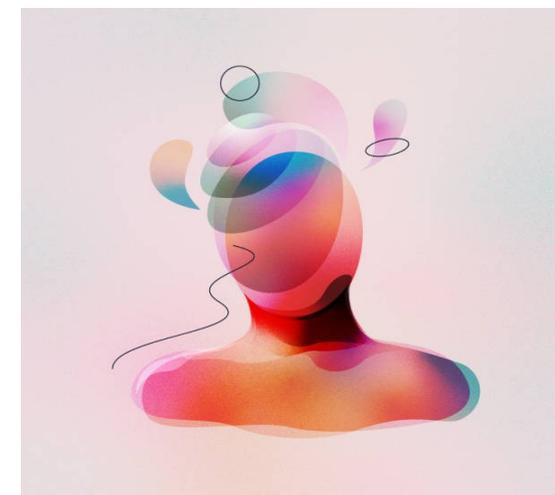
35 rue de la barre
49100 ANGERS



Informations et inscriptions :

Tél : 02 41 30 02 40
m.rochard@cefras.com

**Etre ASG au quotidien :
Comment se préserver tout
en prenant soin des autres ?**



Vendredi 28 mars 2025

De 9h00 à 17h00

CEFRAS CHEMILLE
Formation Perfectionnement ASG
Allée Phytolia CS 9701
49120 CHEMILLE EN ANJOU





Dans un contexte sociétal et médico-social contraint (crise Covid, conditions de travail dégradées...), les ASG, professionnels de l'accompagnement des personnes âgées atteintes de troubles cognitifs, peuvent être impactés émotionnellement : fatigue, perte de sens dans le travail. Autant de symptômes qui accentuent le risque d'épuisement .

Vous êtes ASG et le **bien-être au travail** reste une priorité pour vous : cette formation vous apportera les éléments nécessaires pour le préserver.

Objectifs

- Identifier les spécificités du travail de soin et d'accompagnement
- Réfléchir sur son rapport au travail
- Maintenir ou retrouver une démarche professionnelle dynamique
- Profiter du temps de formation pour partager, analyser et favoriser la réflexion et trouver des ressources
- Identifier des ressources (personnelles ou collectives) pour préserver sa santé

Contenus

Le travail et le travail du soin :

- ⇒ Comment les penser ?
- ⇒ Ce qu'ils représentent pour chacun

La santé au travail :

- ⇒ Les facteurs de santé et de non-santé
- ⇒ La gestion des émotions
- ⇒ Comment prendre soin de soi ?

Les situations problématiques rencontrées sur le terrain :

- ⇒ À partir de situations proposées par les participants
- ⇒ À partir de situations préparées par l'intervenant

Méthodes pédagogiques participatives

- ⇒ Supports variés et ludiques
- ⇒ Temps de réflexion individuels et travaux de groupes

Formatrice

Psychologue spécialisée en psychologie du travail

Durée et Horaires

- 1 journée de 7 h en présentiel
- De 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h



A retourner à l'adresse indiquée au dos
ou par mail à m.rochard@cefras.com

Nom : _____ Prénom : _____
 Fonction : _____
 Institution : _____
 Adresse : _____
 CP : _____ Ville : _____
 Tél : _____
 Mail : _____

Inscrit pour la journée du 28 mars 2025 à ANGERS:

Nom : _____ Prénom : _____
 Fonction : _____
 Mail : _____

Nom : _____ Prénom : _____
 Fonction : _____
 Mail : _____

TARIF

180€ / jour / stagiaire x _____ pers.= _____ €
(repas non compris)

- Je joins un chèque à l'ordre du CEFRAS
- Je demande une facture
- Règlement à réception de la facture

Les inscriptions sont enregistrées dans l'ordre d'arrivée des bulletins et des règlements au secrétariat.

En cas de refus d'inscription (manque de place), les personnes concernées seront informées par mail. D'autres journées leur seront proposées.

Les annulations du fait du participant ne sauront prétendre à un remboursement des frais d'inscription.

Les centres de formation se réservent le droit d'annuler ce stage en cas d'inscriptions insuffisantes.

Fait à _____ le / /
 Cachet, Signature