



INFO**ENTRAIDESUISSE**

ENTRAIDE AUTOGÉRÉE
EN ROMANDIE

ATELIERS ET FORMATIONS

2022

www.infoentraidesuisse.ch



SOUTIEN À LA
MISE EN ROUTE D'UN
GROUPE D'ENTRAIDE.

Les groupes d'entraide autogérés réunissent des personnes qui connaissent les mêmes problèmes, les mêmes préoccupations ou qui vivent une situation similaire dans le but de s'entraider et de se soutenir. Ils leur permettent d'échanger de bonnes idées, de recueillir des informations et de représenter leurs intérêts communs à l'extérieur.

Les centres et les antennes Info-entraide ont notamment pour mission de former les membres des groupes d'entraide et leurs proches dans la création, l'animation et la pérennisation de groupes.

Pour cela, en plus du programme de formation proposé, les centres et antennes sont à disposition pour dispenser sur demande des formations complémentaires, par exemple au sujet du recrutement de nouveaux membres ou pour dynamiser son groupe d'entraide.



Pour les membres de groupes d'entraide
(personnes concernées et proches)

ATELIER 1

Créer mon groupe d'entraide autogéré

Dates au choix:

- Samedi 29 janvier 2022 de 9h30 à 13h00 à Neuchâtel
- Samedi 05 mars 2022 de 9h30 à 13h00 à Lausanne
- Samedi 03 septembre 2022 de 9h30 à 13h00 à Lausanne
- Samedi 10 septembre 2022 de 9h30 à 13h00 à Delémont

Contenu Cet atelier permet d'acquérir les bases pour faciliter la création et la conduite d'un groupe d'entraide autogéré. Il permet de comprendre comment ces groupes se développent, quels sont leurs caractéristiques ainsi que leur mode de fonctionnement.
Des apports théoriques et des moments interactifs vous donneront des pistes pour atteindre vos objectifs.

Modalité **Atelier idéalement en présentiel** (la modalité sera définie au plus tard 2 semaines avant l'Atelier, selon la situation sanitaire).

Prix 50 CHF/personne, 20 CHF/personne tarif AI/AVS/étudiant-e-s

ATELIER 2

Animer mon groupe d'entraide autogéré

Dates au choix:

- Samedi 12 mars 2022 de 9h00 à 13h00 à Neuchâtel
- Samedi 09 avril 2022 de 9h00 à 13h00 à Lausanne
- Samedi 01 octobre 2022 de 9h00 à 13h00 à Lausanne

Contenu Il est parfois difficile de se lancer dans l'animation d'un groupe d'entraide, et pas si évident si l'on est soi-même concerné-e! Cet atelier vous donne des clés pour vous sentir à l'aise dans ce rôle en abordant des thèmes tels que la structure d'une réunion, la posture et le rôle de l'animateur-trice; quelques outils pratiques utiles à l'animation de groupe seront présentés. Les apports théoriques sont illustrés par des exemples concrets et des exercices en groupe. Les échanges de pratiques entre les participant-e-s sont favorisés.

Modalité **Atelier en présentiel** (la modalité sera définie au plus tard 2 semaines avant l'Atelier, selon la situation sanitaire).

Prix 50 CHF/personne, 20 CHF/personne tarif AI/AVS/étudiant-e-s

ATELIER 3

Communiquer avec bienveillance dans mon groupe

Dates au choix:

- Samedi 14 mai 2022 de 9h00 à 13h00 à Neuchâtel
- Samedi 12 novembre 2022 de 9h00 à 13h00 à Lausanne
- Samedi 26 novembre 2022 de 9h00 à 13h00 à Delémont

Contenu Durant le cycle de vie d'un groupe d'entraide, les membres sont parfois confronté-e-s à des difficultés de différentes natures. Cet atelier pratique s'attarde sur les questions de communication interpersonnelle. Il vise à sensibiliser avec des outils facilitant les échanges et favorisant le respect et l'écoute entre les personnes (questions ouvertes, communication non violente, message en JE, etc.). Les outils sont présentés en introduisant quelques notions théoriques, mais l'accent est mis sur des mises en situations entre les participant-e-s.

Modalité **Atelier idéalement en présentiel** (la modalité sera définie au plus tard 2 semaines avant l'Atelier, selon la situation sanitaire).

Prix 50 CHF/personne, 20 CHF/personne tarif AI/AVS/étudiant-e-s

Webinaires pour professionnel-le-s des secteurs socio-sanitaires

WEBINAIRE 1

Les enjeux d'un groupe d'entraide vidéo

Jeudi 17 février 2022 de 9h00 à 12h00

Contenu Maintenir les liens d'entraide malgré la distance ou la situation sanitaire, c'est important. Les groupes d'entraide vidéo présentent parfois un grand défi et sont une alternative qui peut s'avérer salvatrice pour beaucoup de personnes concernées ou leurs proches! Nous vous proposons des outils simples et concrets pour bien maîtriser la technique, l'animation et les échanges entre les participants.
Lors de ce Webinaire, les apports théoriques seront illustrés par des exemples concrets, et les échanges entre participants seront encouragés.

Modalité Webinaire

Prix 120 CHF/personne

WEBINAIRE 2

Favoriser l'entraide dans son organisation

Jeudi 1^{er} décembre 2022 de 9h00 à 12h00

Contenu Dans tous les domaines de la santé et du social, l'entraide est un outil précieux pour soutenir les personnes vivant une situation difficile. L'entraide autogérée dans son organisation peut être un relais privilégié pour les professionnel-le-s.
Cette formation va permettre de comprendre en quoi consiste l'entraide autogérée, ses apports et ses limites, ainsi que de cerner les besoins en matière d'entraide autogérée dans son organisation pour ensuite y garantir et promouvoir un accueil favorable.
Lors de ce Webinaire, les apports théoriques seront illustrés par des exemples concrets, et les échanges entre participants seront encouragés.
Suite à la formation, un soutien par le centre ou l'antenne Info-Entraide de la région de la formation peut être demandé pour promouvoir un accueil favorable à l'entraide dans son organisation.

Modalité Webinaire

Prix 120 CHF/personne

Inscriptions et informations

JE VAIS
CERTAINEMENT EN
PROFITER.

Pour les Ateliers ayant lieu à Lausanne:

Bénévolat-Vaud – Info-Entraide Vaud:

formations@benevolat-vaud.ch ou 021 313 24 04

Pour les Ateliers ayant lieu à Neuchâtel et Delémont

Info-Entraide Neuchâtel:

info@infoentraideneuchatel.ch ou 032 724 06 00

Info-Entraide Jura:

info@infoentraidejura.ch ou 076 549 26 06

Pour les webinaires s'adressant aux professionnel-le-s

Info-Entraide Suisse Romande:

info@infoentraidesuisse.ch ou 079 549 26 06

Une attestation de participation pourra être délivrée sur demande.



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE NEUCHÂTEL



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE JURA



INFOENTRAIDEVAUD



INFOENTRAIDESUISSE

Laufenstrasse 12, 4053 Bâle, tél. 061 333 86 01,
info@infoentraidesuisse.ch, www.infoentraidesuisse.ch

