



ROMAN

Regroupement des organismes
montréalais d'aidants naturels

FORMATRICE

Jacynthe Chaussé

Conférencière
Formatrice
Animatrice socioculturelle
Thérapeute en gestion émotionnelle

COMITÉ FORMATIONS INTERVENANTS

Esther Parenteau

Les aidants du Haut-Saint-Laurent

Ginette Houde

Les aidants des seigneuries

Isabelle Poliquin

Société d'alzheimer du Haut-
Richelieu

Marie-Josée Marchand

CAB de Boucherville

CONTACT

roman@aidantsnaturels.org

514-767-4511

Calendrier de formation des intervenant.e.s Automne 23

FORMATIONS PROPOSÉES

25 et 26
octobre



Les enjeux du stress émotionnel partie 1 et 2

13h à 16h via ZOOM

15 novembre



Supervision clinique en lien avec la formation partie 1 et 2

9h à 12h via ZOOM

4 et 6
décembre



Les enjeux du stress émotionnel partie 3 et 4

13h à 16h via ZOOM

24 janvier



Supervision clinique en lien avec la formation partie 3 et 4

9h à 12h via ZOOM

DESCRIPTIF

Aujourd'hui, les principales sources de stress sont d'ordre émotionnel, provenant de la pression personnelle et sociale de paraître, plaire, produire, performer. Ces PPPP entravent nos besoins légitimes, nous amenant à prendre des décisions qui nous desservent parfois.

Chez les personnes proches aidantes, ce peut être de ne pas écouter leurs propres besoins, de ne pas respecter leurs limites et de chercher à apporter une aide qui va au-delà de leurs capacités, entre autres. Pour éviter les troubles anxieux, la démotivation, l'épuisement, la dépression ainsi que les pièges tels que la résonance émotionnelle et le stress du sauveur, il importe de réduire quotidiennement le niveau de stress.

Cette formation vise à informer les intervenants des tenants et aboutissants du stress émotionnel ainsi qu'à leur transmettre les différentes façons de gérer les ressentis émotionnels afin d'en réduire les impacts physiologiques et psychologiques.

CONDITIONS ET INSCRIPTIONS

** la partie 1 et 2 de la formation est un prérequis pour participer à la partie 3 et 4

- inscription formation Les enjeux du stress émotionnel (partie 1 à 4):

<https://forms.office.com/r/zGcwvkaBJN>

** il est possible de s'inscrire aux supervisions cliniques sans avoir participé à la formation

- Inscription supervision clinique 15 novembre: <https://forms.office.com/r/xQ5eqKQH3Q>
- inscription supervision clinique 24 janvier: <https://forms.office.com/r/iDhRSLQsd9>

Les formations sont gratuites et offertes en priorité aux membres du ROMAN. Veuillez nous contacter si vous souhaitez vous inscrire comme non - membre.