



**FOR** *lisa*

FORMATION POUR LE LIEN SOCIAL DES ÂGÉS

# PROGRAMME DE FORMATION

Printemps – Été 2018

## FORlisa c'est quoi ?

Issu de la commission « formation » de la coopération locale MONALISA Grand Nancy, le programme de formation FOR LISA est né de la volonté de compléter la formation citoyenne conçue par MONALISA national nommée « formation socle MONALISA » pour couvrir des besoins plus larges émergents du terrain.

Cette offre réunit les compétences des différents partenaires réunis au sein du Comité de pilotage de ce projet : **l'ONPA, les Petits Frères des pauvres, la Pastorale de la Santé, la Croix Rouge, la fédération ADMR de Meurthe et Moselle, le pôle gérontologique du CCAS de Nancy et le STPAPH Nancy Couronne du Département de Meurthe et Moselle.**

## FORlisa pour qui ?

Cette offre ainsi mutualisée sera déployée sur le territoire du Grand Est et fera l'objet d'ajustement en fonction des demandes.

L'objectif est de permettre **d'accompagner les bénévoles et les professionnels impliqués dans la démarche MONALISA** afin de les aider dans leurs actions pour lutter contre l'isolement des personnes âgées.

Ces formations sont donc destinées aux citoyens au sens large, bénévoles et professionnels qui sont signataires de la charte MONALISA ou en cours de signature.

## FORlisa comment ?

**L'Office Nancéien des Personnes Âgées** est le porteur du projet chargé, en lien avec le Comité de Pilotage, d'assurer la gestion et le déploiement de l'offre de formation. Les lieux où seront organisées les formations seront fonction de la demande. Par exemple, les formations MONALISA Socle peuvent être déployées sur l'ensemble du territoire si un nombre suffisant de bénévoles est réuni.

## Les partenaires financiers

Le projet est expérimenté sur 2018 grâce aux soutiens financiers de l'Agence Régionale de Santé Grand Est et des caisses de retraite.



## Le programme de Formation

Le programme contient des formations dites socles, qui sont des connaissances de bases requises pour les bénévoles souhaitant s'engager auprès des personnes âgées. La participation à l'une de ces formations constitue le pré-requis pour accéder aux ateliers thématiques.

Les formations sont gratuites pour les bénévoles (hors déjeuner) et une légère participation financière sera demandée aux professionnels (40 € par session hors déjeuner).

Le tableau suivant présente l'ensemble des modules disponibles à ce jour, certains sont en cours de finalisation comme les ateliers thématiques. Les lieux et dates ne sont pas tous arrêtés car ils dépendront de la demande et des pré-inscriptions (voir formulaire fin de page).

Nom de la formation	Durée	Dates	Lieu
<b>FORMATIONS SOCLES (réservées aux bénévoles)</b>			
<b>MONALISA SOCLE</b>	2 jours	27 et 28/03 2018	CD 54 Homécourt
		16 et 17/05 2018	ADMR54 Lunévillois
		25 et 26/06 2018	Les petits frères des pauvres à Nancy
<b>Visite de convivialité</b>	1 journée	04/06 2018 (date en cours)	Croix Rouge à Nancy

<b>ATELIERS THÉMATIQUES (ouverts aux bénévoles et professionnels)</b>			
<b>Rencontre avec les aînés : les clefs de la relation</b>	½ journée	10/04 2018 de 9h à 12h	Croix Rouge à Nancy
		10/04 2018 de 14h à 17h	
		19/04 2018 de 9h à 12h	
<b>L'écoute active</b>	1 journée	15/05 2018	Arélia (Grand Sauvoy) à Maxéville
		06/06 2018	
		11/06 2018	
<b>Acteurs du vieillissement, qui fait quoi ?</b>	½ journée	19/04 2018 de 9h à 12h	STPAPH / CD 54 13/15 Bd Joffre à Nancy
		15/05 2018 de 14h à 17h	
		12/06 2018 de 14h à 17h	
<b>Combinaison du Vieillissement : testez le grand âge pour mieux accompagner</b>	½ journée	17/04 2018 de 9h à 12h	ONPA 105 Rue Saint Georges à Nancy
		24/05 2018 de 14h à 17h	
		12/06 2018 de 14h à 17h	
<b>Communiquer : savoir utiliser les formes et les mots</b>	½ journée	07/04 2018 de 9h à 12h	ONPA 105 Rue Saint Georges à Nancy
		24/04 2018 de 14h à 17h	
		18/05 2018 de 9h à 12h	

## Les Formations Socles

FORMATION SOCLE MONALISA	
<b>Public visé</b>	Cette formation est ouverte à tout type de bénévole dont l'organisme de rattachement est signataire de la Charte MONALISA et/ou de citoyen souhaitant s'engager. Elle est destinée aux bénévoles qui démarrent une action de lutte contre l'isolement social des personnes âgées comme à ceux qui sont déjà en action.
<b>Enjeux pédagogiques</b>	Connaissance des autres et coopération et organisation.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	La formation socle MONALISA a pour objectif pédagogique de renforcer l'activation et la mobilisation des citoyens autour de l'enjeu de l'isolement social des personnes âgées. Elle est un levier majeur pour favoriser les coopérations et l'essaimage d'initiatives et d'équipes citoyennes sur les territoires. Elle offre également des connaissances de base sur l'isolement social et sur les différentes méthodes de recréation de lien social.
<b>Mots clés</b>	MONALISA – bénévolat – isolement social
<b>Contenu</b>	La formation s'articule selon trois thématiques : <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. La démarche MONALISA</b> : comprendre ses origines et ses finalités, connaître les fondamentaux de l'équipe citoyenne</li> <li><b>2. Les personnes âgées</b> : appréhender le phénomène du vieillissement normal et ses conséquences pour la personne et son isolement au sein de la société, questionner le regard que l'on porte sur le vieillissement (représentations)</li> <li><b>3. Être bénévole</b> : aborder les motivations, rôles, place et limites du bénévole, connaître les actions possibles et ressources locales, questionner sa posture</li> </ol>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	Chaque module sera constitué de temps d'apports théoriques, d'études de cas, de mises en situation. Les trois modules partagent les objectifs suivants : <ul style="list-style-type: none"> <li>• s'appuyer sur les pratiques et les réalités vécues par les participants</li> <li>• favoriser une réflexion personnelle et collective par l'échange et le partage d'expériences</li> </ul> Outils : supports powerpoint, questionnaires, films
<b>Durée</b>	2 jours
<b>Intervenant</b>	Faustine Colin, chargée de mission ONPA
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 15 personnes

## VISITE DE CONVIVIALITÉ

<b>Public visé</b>	Bénévoles désireux de faire des visites de convivialité
<b>Enjeux pédagogiques</b>	Savoir se comporter dans un logement privé auprès de personnes fragilisées
<b>Objectifs pédagogiques</b>	Savoir adapter une posture bienveillante dans le cadre d'une relation d'aide en disposant des clés du vieillissement physiologique, des connaissances de base en gestes et postures et des notions juridiques du domicile.
<b>Mots clés</b>	Convivialité – empathie – respect – droit des personnes âgées – sécurité dans la relation
<b>Contenu</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Initiation aux premiers secours</b></li> <li><b>2. Les impacts physiologiques et psychologiques du vieillissement,</b> éléments relatifs à la bienveillance</li> <li><b>3. Les bons gestes et les bonnes postures</b> dans la relation d'aide</li> <li><b>4. Droits de la personne âgée,</b> notion juridique du domicile, la posture du bénévole et le cadre d'intervention</li> </ol>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	Powerpoint, démonstrations physiques, mannequins de secourisme, pratiques à réaliser
<b>Durée</b>	1 journée
<b>Intervenant</b>	Kiné, juriste, médecin gériatre, moniteur de secourisme
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 15 personnes

## Les Ateliers thématiques

### RENCONTRE AVEC LES AÎNÉS : LES CLÉS DE LA RELATION

<b>Public visé</b>	Bénévoles et professionnels
<b>Enjeux pédagogiques</b>	Créer les conditions favorables pour initier une relation de qualité dans le cadre d'une première rencontre ou des premiers contacts avec une personne âgée.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	Prendre conscience de ses représentations sur le vieillissement Développer une posture neutre et bienveillante dans la relation Avoir des clés pour entamer une relation d'adulte à adulte
<b>Mots clés</b>	Relation – Motivation des aînés – Communication
<b>Contenu</b>	<p><b>1. Savoir agir sur ses représentations et porter un regard neuf et individualisé sur la personne rencontrée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repérage des composantes d'une représentation (stéréotypes, a priori, valeurs, ...)</li> <li>- Cap regard neuf : La personne à travers son histoire</li> </ul> <p><b>2. S'appropriier les motivations de nature à mobiliser ou freiner la personne âgée</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rythmes de vie et repères temporels.</li> <li>- Les motivations à agir</li> <li>- Lien entre atrophie de l'estime de soi et les comportements de retrait</li> <li>- Distinction entre isolement et solitude ; les conséquences physiques et psychologiques de la solitude</li> </ul> <p><b>Identifier les conditions et comportements qui contribuent à intéresser la personne et à construire une relation de qualité.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pourquoi : la finalité de la rencontre (restaurer le lien social, établir une relation de confiance...)</li> <li>- Comment : les clés de contact (authenticité, bienveillance, ouverture...)</li> <li>- Avec quoi : un outil : l'écoute</li> </ul>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	PowerPoint, Jeux de rôles, photo langage, questionnaires, échanges et débats
<b>Durée</b>	½ journée
<b>Intervenant</b>	Corinne VENTURIN, Psychologue
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 15 personnes

## L'ÉCOUTE ACTIVE

<b>Public visé</b>	Bénévoles et professionnels
<b>Enjeux pédagogiques</b>	L'écoute est la base de la relation d'aide. Cet atelier a pour objectif de vous faire progresser dans l'ouverture aux autres et dans votre pratique de l'écoute active, dans l'accompagnement de la parole de l'autre pour mieux communiquer.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Renforcer ses capacités à écouter activement la personne âgée.</li> <li>• Favoriser une relation d'aide centrée sur la personne.</li> </ul>
<b>Mots clés</b>	Communication, compréhension, bienveillance
<b>Contenu</b>	<p><b>Les enjeux d'une écoute de qualité</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• S'inscrire dans une relation dynamique avec l'autre</li> <li>• Mieux comprendre le monde de l'autre</li> <li>• S'approprier les impacts de l'écoute et de la non écoute sur soi, sur les autres...</li> </ul> <p><b>Les freins à l'écoute : Identifier ses obstacles personnels à l'écoute d'autrui</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Évaluer le poids de ses croyances et préjugés</li> <li>• Identifier les causes de surdité dans l'échange</li> </ul> <p><b>Les conditions d'une écoute de qualité</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter des attitudes facilitantes, la disponibilité, le non-jugement, la non-directivité, l'objectivité,</li> <li>• Identifier ses besoins, ceux de l'autre</li> <li>• L'art du questionnement</li> </ul> <p><b>Les situations difficiles : comment réagir ?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• S'adapter aux situations de mal être, de peur, de tristesse.....</li> <li>• Distinguer empathie et sympathie</li> <li>• Les conditions de la « juste distance »</li> </ul>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	PowerPoint, vidéos, jeux de rôles, brainstorming, échanges et débats
<b>Durée</b>	½ journée
<b>Intervenant</b>	Corinne VENTURIN, Psychologue
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 15 personnes

## ACTEURS DU VIEILLISSEMENT, QUI FAIT QUOI ?

<b>Public visé</b>	Bénévoles, responsables d'équipes citoyennes, professionnels
<b>Enjeux pédagogiques</b>	La perte d'autonomie et sa prévention, comprendre et s'orienter. Les réponses concrètes et les ressources locales. Meilleure connaissance des dispositifs et des acteurs qui interviennent dans l'accompagnement des personnes (et de leurs familles) qui avancent en âge et deviennent moins autonomes.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre ce qu'est la perte d'autonomie</li> <li>• Comment se faire aider : Connaître les acteurs et les dispositifs dans la prise en charge de la perte d'autonomie</li> <li>• Prévenir et anticiper la perte d'autonomie</li> <li>• Identifier les lieux et les personnes ressources à mobiliser</li> </ul>
<b>Mots clés</b>	Perte d'autonomie – prévention – aides – lieux – ressources
<b>Contenu</b>	<p><b>Les acteurs et les dispositifs dans le domaine de la gérontologie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CLIC</li> <li>• Le maintien à domicile (APA, CCAS, caisses de retraite...)</li> <li>• Les Établissements et les services</li> <li>• Présentation MAIA/PAERPA</li> <li>• Loi d'adaptation de la société au vieillissement</li> </ul> <p><b>La perte d'autonomie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les allocations mobilisables: Allocation personnalisée d'autonomie...</li> <li>• Les aides (humaines, techniques...)</li> <li>• Les Établissements et les prises en charge existantes</li> </ul> <p><b>La prévention de la perte d'autonomie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticiper, Prévenir et se prémunir : notion et repérage de la fragilité et les risques majeurs auxquels les personnes sont confrontées</li> <li>• L'aménagement de l'environnement</li> </ul>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	PowerPoint, tableau, brainstorming, petit film
<b>Durée</b>	½ journée
<b>Intervenant</b>	Boris Bernard, responsable du service territorial « Personnes âgées/ Personnes handicapées » de Nancy et couronne
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 15 personnes

## COMBINAISON DU VIEILLISSEMENT : TESTEZ LE GRAND ÂGE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

<b>Public visé</b>	Bénévoles, responsable d'équipe citoyenne, professionnels
<b>Enjeux pédagogiques</b>	A partir de la mise en situation pratique grâce à la combinaison du vieillissement, il s'agit de mieux comprendre les fragilités qui apparaissent avec le grand âge au niveau des 5 sens afin d'adapter la bonne attitude dans la relation d'aide et être sensibilisé à la prévention des chutes.
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se mettre dans la peau d'une personne âgée afin de mieux prendre conscience et appréhender ses besoins dans tous les actes de la vie quotidienne.</li> <li>• Favoriser l'émergence de bonnes pratiques pour le confort et le bien-être de la personne âgée.</li> </ul>
<b>Mots clés</b>	Perte d'autonomie-prévention-empathie-bienveillance
<b>Contenu</b>	<p>La formation se déroule en trois temps :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Une introduction sur les manifestations de l'avancée en âge dans les domaines de la motricité, de l'audition et de la vision.</b></li> <li><b>2. La mise en situation :</b> Les participants s'équipent du simulateur de vieillissement à tour de rôle et se mettent dans la peau de la personne âgée à travers des ateliers qui mettent en scène des actes du quotidien.</li> <li><b>3. Le débat et échanges entre les participants autour du savoir-être et savoir-faire dans l'accompagnement.</b></li> </ol>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	Simulateur du vieillissement GERT
<b>Durée</b>	½ journée
<b>Intervenant</b>	Sophie SCHNEIDER du CD54 et Faustine COLIN de l'ONPA
<b>Nombre de participants</b>	10 personnes maximum

## COMMUNIQUER : SAVOIR UTILISER LES FORMES ET LES MOTS

<b>Public visé</b>	Bénévoles et professionnels
<b>Enjeux pédagogiques</b>	Réfléchir aux pratiques de communication écrites (lettres d'invitation, flyers, affiches, etc. ) et numériques ainsi qu'aux contenus des messages pour développer une communication motivante, efficace et adaptée au vieillissement de la population (Charte graphique, motivation des aînés).
<b>Objectifs pédagogiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir sélectionner les bons supports et les mettre en forme au regard des difficultés d'accès visuels liées au vieillissement.</li> <li>• Savoir raisonner en communication positive pour formuler des contenus de messages motivants.</li> </ul>
<b>Mots clés</b>	Communication écrite – Motivation des aînés – charte graphique
<b>Contenu</b>	<p>La formation s'articule autour de trois thématiques :</p> <p><b>1. La compréhension de la problématique d'accessibilité à l'information :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• visuelle à travers l'analyse de supports existants</li> <li>• de contenu à travers les messages</li> </ul> <p><b>2. Le travail sur la forme de communication</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Définition des éléments de la Charte Graphique Seniors</li> <li>• Etude des supports adaptés selon les intentions de communication (lettre, flyers, affiche, Web...)</li> </ul> <p><b>3. Cas pratiques : mise en application des connaissances</b></p>
<b>Méthodes pédagogiques</b>	Travail de groupe, exercices pratiques sur ordinateurs, mises en situation Travail sur la base d'une Charte Graphique Senior conçue par l'ONPA qui sera remis en version numérique aux participants
<b>Durée</b>	½ journée
<b>Intervenant</b>	Mélanie WULLENS, Chargée de communication
<b>Nombre de participants</b>	De 8 à 12 personnes

# FICHE DE PRE-INSCRIPTION AUX FORMATIONS

à retourner à :

ONPA FORLISA - 105 rue Saint Georges  
CS 30348 - 54006 Nancy Cedex  
Ou par mail à monalisa@onpa.net



## COORDONNÉES PERSONNELLES

NOM, Prénom :

Adresse postale :

Tél :

Mail :

Vous êtes :  Bénévole  Salarié(e), précisez la fonction

## COORDONNÉES DE LA STRUCTURE

Raison Sociale :

Adresse postale :

NOM, Prénom du référent :

Tél :

Mail :

Je souhaite m'inscrire à la / aux formation(s) suivante(s) :

### MONALISA socle (2 journées)

- Mardi 27 et Mercredi 28 Mars 2018**  
(CD 54 Homécourt)
- Mercredi 16 et Jeudi 17 Mai 2018**  
(ADMR54 Lunévillois)
- Lundi 25 et Mardi 26 Juin 2018**  
(Les petits frères des pauvres Nancy)
- intéressé(e) mais à une autre date/lieu

### « Visite de convivialité » (1 journée)

- Lundi 4 Juin 2018**

### « Rencontre avec les aînés : les clés de la relation » (1/2 journée)

- Mardi 10 Avril 2018 de 9h à 12h**  
(Croix Rouge - Nancy)
- Mardi 10 Avril 2018 de 14h à 17h**  
(Croix Rouge - Nancy)
- Jeudi 19 Avril 2018 de 9h à 12h**  
(Croix Rouge - Nancy)
- intéressé(e) mais à une autre date/lieu

Autres thématiques ou sujets  
de formation pour améliorer l'action  
Remarques - Propositions :

### « L'écoute active » (1 journée)

- Mardi 15 Mai 2018** (Arélia à Maxéville)
- Mercredi 6 Juin 2018** (Arélia à Maxéville)
- Lundi 11 Juin 2018** (Arélia à Maxéville)
- intéressé(e) mais à une autre date/lieu

### « Acteurs du vieillissement : qui fait quoi ? »

- Jeudi 19 Avril 2018 de 9h à 12h** (CD54 Nancy)
- Mardi 15 Mai 2018 de 14 h à 17 h** (CD54 Nancy)
- Mardi 12 Juin 2018 de 14 h à 17 h** (CD54 Nancy)
- intéressé(e) mais à une autre date/lieu

### « Combinaison du Vieillissement : testez le grand âge pour mieux accompagner »

- Mardi 17 Avril 2018 de 9h à 12h** (ONPA)
- Jeudi 24 Mai 2018 de 14h à 17h** (ONPA)
- Mardi 12 Juin 2018 de 14h à 17h** (ONPA)

### « Communiquer : savoir utiliser les formes et les mots »

- Samedi 7 Avril 2018 de 9h à 12h** (ONPA)
- Mardi 24 Avril 2018 de 14h à 17h** (ONPA)
- Vendredi 18 Mai 2018 de 9h à 12h** (ONPA)