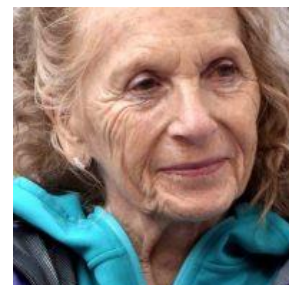


Gestion du temps et de soi dans le quotidien du travail social (24.511)

Comment s'organiser

Formatrice

Christiane Besson,
éducatrice et assistante sociale, responsable du centre de perfectionnement
Améthyste, M.A. en philosophie et en sciences de l'éducation,
Granges-Marnand



Public

Professionnel·le·s du social et de la santé; bénévoles; externes

Objectifs

- Prendre connaissance de différentes manières de considérer le temps et son utilisation
- Explorer sa propre manière de vivre le temps, de la courbe d'énergie qui en découle
- Découvrir et exercer des stratégies permettant de faire des choix

Contenu

Le nombre de sentences, proverbes, pensées liées au temps sont éloquentes, ils reflètent bien nos démêlés avec cet élément essentiel de nos vies. L'analyse transactionnelle donne des clefs originales à propos de la structuration du temps, elles nous éclairent sur notre manière personnelle de l'utiliser en lien avec notre contexte et notre culture. Ce modèle nous ouvre des voies de changements. La langue française ne possède qu'un terme temps – les Grecs anciens disposaient de quatre termes qui nous permettent des distinctions bien utiles... et des choix bienvenus. Quand on parle de temps on parle également de rythme, il y a les pressés, les gens qui ont toujours du temps, il y a les organisés, les désorganisés, les stressés... ceux qui gagnent du temps, ceux qui en perdent, et pourquoi pas se réajuster...

Méthodologie

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques

Partenariat

Formation organisée en partenariat avec le centre de perfectionnement Améthyste

Date

Mardi 5 novembre 2024, de 9h00 à 12h30 et de 14h00 à 16h30

Lieu

Centre communal, paroissial et œcuménique, Chemin des Maisons Neuves 7, Lucens

Prix

Les coûts de formation du personnel de Pro Senectute sont pris en charge par Pro Senectute Suisse
Pour les externes: CHF 250.-

Information et inscription

www.prosenectute.ch/formation



Pro Senectute Suisse

Rue du Simplon 23 · 1800 Vevey · Téléphone 021 925 70 10
formation@prosenectute.ch · prosenectute.ch

IBAN
CH91 0900 0000 8750 0301 3

