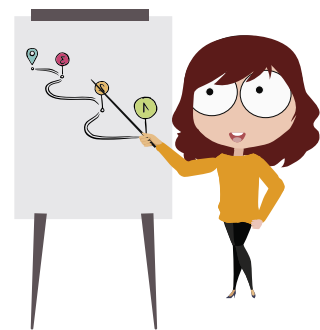




Formation autodétermination (version simplifiée)



Bientôt le nombre de personnes
contentes de la formation

Prérequis :

Pour suivre cette formation, je peux être accompagné(e) par une personne soutien

La formation dure 2 jours

On ne connaît pas encore les dates

La formation se fera de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

Je pourrai faire autant de pauses que j'ai besoin

Si j'ai un rendez-vous par vidéo conférence, Je peux me faire aider par un professionnel de mon établissement. Cela se fera sur l'ordinateur avec le logiciel Teams, ou Google Meet ou Zoom.

Contexte

L'autodétermination, c'est le droit de choisir sa vie, de prendre ses propres décisions.

Cette formation va m'aider à apprendre à faire des choix, à dire mes besoins et mes envies et à participer à la société.

Elle va m'aider à décider pour moi même

Pour qui ?

La formation est pour les

- Personnes accompagnées,
- Professionnels ou des aidants

Ça sert à quoi ?

Cette formation va m'aider à :

- Comprendre ce que c'est l'autodétermination
- Apprendre à faire des choix, en fonction de mes envies et de mes besoins.
- Comprendre et dire mes besoins et mes envies,
- Participer à la société

À la fin de la formation, je serai capable :

- De dire ce que c'est l'autodétermination
- De connaître mes droits et devoirs
- De savoir comment les professionnels et ma famille peuvent m'aider
- D'utiliser des outils pour m'aider à me connaître et faire des choix
- De dire mes besoins et mes envies
- De connaître mes émotions
- De connaître le chemin pour être autodéterminé
- De réfléchir à comment participer à la société

La formation se fera sur un des établissements accessibles de mon association

Il y aura entre 12 et 15 personnes
Des professionnels et des personnes accompagnées

La formatrice sera Isabelle de Groot



A la fin j'aurai une attestation de présence

La formation coûte : 1200€ par jour
Il y a aussi les frais de déplacement
Mais je n'ai rien à payer

La formation se fait au minimum 2 mois après la signature du contrat par mon établissement.

La formation est en Facile A Lire et à Comprendre

Je préviens la formatrice si j'ai des besoins particuliers pour comprendre la formation.

Contact 06 28 05 50 84
izagroot.de@gmail.com

Méthodes, moyens pédagogiques, évaluation des résultats:

On va apprendre avec des jeux
On va trouver des solutions ensemble
On va découvrir des outils
On va faire des exercices

Au début et à la fin de la formation je répondrai à un questionnaire

On fait comment ?

Le premier jour on va parler

C'est quoi l'autodétermination, l'autonomie et le pouvoir d'agir

Mes droits et mes devoirs

Les outils pour mieux participer

On va expliquer les mots :

Autoréalisation : être capable de savoir qui je suis

Autonomie : agir indépendamment des autres

Responsabilisation ou le pouvoir d'agir : avoir conscience de ce que je fais

Autorégulation : choisir les étapes pour y arriver

Le deuxième jour on va parler

Ce qui empêche l'autodétermination

Comment apprendre à prendre des décisions pour améliorer ma vie

Comment les professionnels et ma famille peuvent m'aider

On va aussi apprendre à :

Mieux me connaître

Connaître mes projets, mes envies

Les 4 étapes de l'autodétermination et leurs outils

Savoir prendre des petits risques

