

Atelier « Reconnaître et valoriser mon expérience d'aidant »

Vous aidez ou avez aidé un proche en perte d'autonomie (âge, maladie, handicap...) ?

Comment reconnaître et valoriser votre expérience d'aidant ? Comment en parler ? Comment intégrer les compétences acquises dans votre projet professionnel ?

Être aidant a touché, touche ou touchera la majorité d'entre nous. 1 actif sur 5 aide l'un de ses proches (parent, conjoint, voisin, enfant...) confronté à des difficultés liées à l'âge, à la maladie ou au handicap. C'est un phénomène social grandissant encore tabou et mal appréhendé en entreprise.

Vous vous dites peut-être :

- *Je n'ose pas parler de ma situation d'aidant car les gens n'y voient que du négatif.*
- *Être aidant est un sujet personnel, ça ne concerne pas l'entreprise.*
- *Je me suis occupé(e) d'un proche pendant un temps (plusieurs mois, années...) et j'ai arrêté de travailler pour cela. Comment parler de cette période dans le cadre professionnel ?*
- *Je n'ai cultivé aucune compétence professionnelle dans cette expérience...*

Mais les situations d'aidance concernent le travail et les entreprises car :

- **Elles touchent tout le monde**
- **Elles renforcent et/ou génèrent des compétences.**
- **Des dispositifs ont été créés pour soutenir les aidants salariés.**

Faites-en des atouts ! Venez échanger et changer de perspective !

OBJECTIFS

- Vous permettre de **connaître le cadre légal et les grandes catégories de réponse** qui peuvent vous soutenir dans et hors de l'entreprise.
- **Identifier et valoriser les compétences issues de l'expérience de proche-aidant** – Explorer comment ces expériences vous ont fait grandir et comment les compétences expérientielles que vous avez développées nourrissent vos postures professionnelles et, sans même que vous le sachiez, le monde professionnel et l'entreprise.

PROGRAMME

- Repères généraux : éléments de définition, repères statistiques, difficultés et enjeux
- Des réponses possibles en faveur de la conciliation vie pro-vie d'aidant

- Repérer ses compétences expérientielles

METHODE PEDAGOGIQUE : Apports théoriques, sondage, co-construction, partages d'expériences...

PREREQUIS : Être ou avoir été aidant et ouvert à la possibilité de partager son expérience d'aidant

BENEFICE

- Mettre des mots sur son rôle d'aidant et sur ses compétences expérientielles

Attention : cet atelier est orienté sur vous et vos compétences, **non pas** sur l'aidé ni sur les services, aides financières ou conseils adaptés à votre situation d'aidant que vous trouverez auprès d'une assistante sociale.

DUREE

1 journée

Prix

20 euros

Intervenant

Caroline Chambon est consultante et formatrice sur les sujets de l'emploi et des proches aidants. Après une première carrière dans la presse et l'édition, elle s'est formée au coaching professionnel (Master 2 Assas), à la formation pour adultes, à la psychologie du travail. Elle réalise des accompagnements individuels (Bilans de compétences, coaching...) et collectifs (en entreprise ou organismes de formation). Indépendante, elle fait partie de l'équipe pédagogique de l'Association Française des aidants.

Expérience Avarap : après avoir été participante, puis animatrice d'un groupe, Caroline est devenue marraine de deux groupes.