

## Modalités pratiques

- **Durée de la formation : 1 journée**
- **Deux dates proposées (contenu identique)**  
⇒ 6 novembre 2018 : salle de réunion, maison de la Communauté à Latronquière  
**OU**  
⇒ 12 novembre 2018 : salle Gallo-Romaine, Chambre d'Agriculture à Cahors
- **Horaires : de 9 h 00 à 17 h 00**
- **Coût de la formation**  
Formation pédagogique financée par la CFPPA 46.  
Coût du repas à la charge du participant
- **Modalités d'inscription**  
Remplir le bulletin d'inscription ci-joint et le retourner à l'adresse suivante avant le 2 novembre :

**Association Ségala-Limargue**  
**Gaëlle GOUZOU**  
**Rue Principale - 46120 LEYME**  
**ou par mail : [animcofam.asl@gmail.com](mailto:animcofam.asl@gmail.com)**

## Partenaires



Action financée avec le soutien de la Conférence des financeurs CFPPA 46

# Formation complémentaire pour les bénévoles

« S'engager dans le bénévolat tout en se préservant »  
« Bénévolat et bienveillance »



## Qu'est ce que MONALISA ?

Une initiative se déclinant au niveau national et départemental par un collectif inter-partenarial rassemblant des institutions, des caisses de retraite, des associations... mû par la volonté de faire cause commune et durable dans la lutte contre l'isolement social et la solitude des personnes âgées.

## Pourquoi une formation complémentaire MONALISA ?

La formation a pour objectif d'approfondir 2 thématiques retenues suite à des interrogations exprimées par des bénévoles participant à la démarche MONALISA dans le Lot. Ces thématiques concernent l'engagement et les limites de la personne bénévole, ainsi que la dimension de bienveillance.

## A qui s'adresse-t-elle ?

La formation est ouverte aux bénévoles d'équipes citoyennes MONALISA ainsi qu'à toute personne déjà engagée bénévolement dans des actions de solidarité et de proximité avec les seniors / ou souhaitant s'y investir.

## Méthodes et outils

Les méthodes utilisées seront actives et participatives.  
Elles alterneront des apports théoriques et un partage d'expériences.  
Un support écrit sera remis au stagiaire à l'issue de la formation.

## L'intervenante Delphine AUBIN, psychologue

Elle exerce actuellement en EHPAD et en cabinet où elle propose des thérapies individuelles.

Elle intervient sur des groupes de paroles d'aidants familiaux, de visiteurs bénévoles ainsi que sur des groupes de supervision de pratique professionnelle.

Elle propose également des journées de formation à des groupes de professionnels.

Depuis 2016, elle intervient dans le cadre de la formation socle MONALISA.

## Au programme de cette journée de formation complémentaire, 2 thématiques :

### « S'engager dans le bénévolat tout en se préservant »

Nous aborderons le paradoxe fondamental du bénévolat qui propose d'engager du temps, de la volonté dans des contextes qui demandent souvent de la régularité, de la présence, un cadre d'intervention.

La formation sera l'occasion d'échanger, de travailler sur les notions de marge de manœuvre, et de contraintes, sur la différence entre l'engagement et l'engouffrement, sur les notions de prise de recul, de distance nécessaire et de limite.

Nous réfléchirons à ce qui peut être un appui pour passer de l'implication identitaire au rôle de bénévole, à la particularité de ce rôle pour chacun, afin de le rendre possible, accessible, réalisable.

Nous pourrions travailler sur des sentiments tels que l'impuissance et la culpabilité pour illustrer leurs sens dans la relation d'accompagnement et la question de la distance.

Enfin, nous pourrions débattre sur des situations particulières que rencontrent le bénévole en lien avec le thème : quitter et abandonner la personne âgée isolée ; intervenir dans, à côté, en dehors du cadre ; entre familiarité et professionnalisme ; la fatigue, l'envahissement mental, parfois invisible ; rester à sa place dans un système familial, institutionnel...

### « Le bénévolat et la bienveillance »

La bienveillance et le bénévolat semblent s'accorder. C'est dans cette intention qu'un bénévole exprime souvent choisir cette activité.

Nous verrons les notions à l'origine et entourant la bienveillance : bienfaisance, bientraitance, malveillance, gentillesse...

Il s'agira de définir en quoi un acte est bienveillant ou malveillant, d'envisager si la motivation suffit à la bienveillance, les limites de la bienveillance.

Nous interrogerons aussi les effets de la bienveillance chez la personne âgée et ce qu'il en est de la bienveillance devant des comportements qui, d'emblée, ne la suscitent pas.

Enfin, nous travaillerons sur la communication comme moyen de renforcer la bienveillance.