

**Document à renvoyer par le psychologue pour l'introduction d'un projet de groupe thérapeutique et/ou d'une intervention communautaire**

**RÉSUMÉ DU PROJET**

**Reprendre soin de soi**

**Collaboration avec le CIPS ASBL Mode d'emploi – Huy & Liège**

Veuillez compléter les informations ci-dessous et remettre le document signé aux **coordinateurs locaux** :

[ppl.coordination.hoyoux@psy107liege.be](mailto:ppl.coordination.hoyoux@psy107liege.be) et [ppl.coordination.jansen@psy107liege.be](mailto:ppl.coordination.jansen@psy107liege.be)

Sur base des documents reçus, le réseau analysera, sélectionnera et accompagnera les projets soutenus.

<p><b>1) Nom de l'offre de groupe/intervention</b></p>	<p>Nom promotionnel : <b>Reprendre soin de soi</b>          Eventuel sous-titre :           Bref résumé pour le recrutement des participants :           Langue d'animation de l'offre : <b>Français</b></p>
<p><b>2) Fonction dans laquelle l'offre de groupe est proposée</b></p>	<p><u>Un seul choix</u> :</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Fonction 1 : intervention communautaire</b>  <input type="checkbox"/> Fonction 2 : soutien psychologique de première ligne  <input type="checkbox"/> Fonction 3 : traitement psychologique pour les problèmes légers à modérés</p>
<p><b>3) Groupe(s)-cibles(s)</b></p>	<p>Décrivez le ou les groupe(s)-cible(s) de l'offre : catégorie d'âge, caractéristiques sociales, étapes de la vie, besoins, etc. :</p> <p><b>Groupe de 12 femmes qui réalisent une formation d'insertion professionnelle au sein du CIPS de l'ASBL Mode d'emploi.</b></p> <p><b>Il s'agit principalement d'un public féminin sans emploi et précarisé : famille monoparentale, difficultés conjugales et/ou familiales, arrêt précoce des études.</b>  <b>Au sein de cette Asbl, elles entament une formation de 5 à 6 mois au cours desquels elles bénéficient d'une aide</b></p>

	à l'orientation professionnelle, des modules de remise à niveau en math et français et de communication.
<p><b>4) Objectifs (d'apprentissage) des participants</b></p>	<p>Décrivez les idées, compétences, connaissances ou attitudes que vous avez l'intention de transmettre aux participants :</p> <p><b>En parallèle aux modules proposer par l'asbl (axe orientation/insertion professionnelle), l'équipe nous invite à réaliser des modules axés sur le développement personnel et facilitant le processus de reconstruction personnel. Ces thématiques étant plus personnelles, l'intervention de deux psychologues extérieures au cadre du centre de formation permet d'offrir un lieu d'échanges neutre.</b></p>
<p><b>5) Méthodologie(s) utilisée(s)</b></p>	<p>Décrivez les cadres, les protocoles, les lignes directrices, les outils et les exercices que vous utiliserez :</p> <p><b>Interventions axées sur 5 modules :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1) Les émotions</b></li> <li><b>2) Les besoins</b></li> <li><b>3) La gestion du stress</b></li> <li><b>4) L'estime de soi et les limites</b></li> <li><b>5) Liens entre mes besoins, mes valeurs et mon parcours professionnel après le stage</b></li> </ol> <p>Décrivez comment les participants sont engagés lors des séances de groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Réalisation d'exercices d'auto-observations</b></li> <li>- <b>Parage d'expériences</b></li> <li>- <b>Mise à disposition d'un livret support pour la réalisation « d'exercices » et liens de contenu avec le module des séances.</b></li> </ul> <p>Décrivez comment les participants sont guidés vers l'offre :</p> <p><b>Ces modules seraient inclus dans le programme de la formation organisée par l'Asbl.</b></p>
<p><b>6) Nombre de séances</b></p>	<p>Si le programme se compose de plusieurs séances, indiquez le nombre de séances : <b>5 séances.</b></p>

**Séances de groupe et interventions communautaires**

	<p>Si le programme se compose de plusieurs modules, indiquez le nombre de module et le nombre de séances par module) :</p>
<p><b>Dates et horaires</b></p>	<p>Préciser les dates et horaires des séances si possible :</p> <p>Huy:            5/03/26 de 13h à 15h            12/03 de 13h a 15h            19/03 de 13 à 15h            21/5 de 9h à 12h            2/7 de 9h à 12h</p> <p>Liege:            26/3 de 13h à 15h            2/04 de 13h à 15h            9/4 de 13h à 15h            21/5 de 13h à 15h            2/7 de 13h à 15h</p>
<p><b>7) Nombre de participants proposés</b></p>	<p>Quel est le nombre minimum et maximum de participants prévus ? :</p> <p><b>Groupe composé de 12 femmes inscrites à la formation.</b></p>
<p><b>8) Preuves scientifiques</b></p>	<p>Donnez des références de sources à des preuves (scientifiques), à de la littérature ou à des modèles utilisés, etc. en tenant compte des quatre piliers de la pratique fondée sur des données probantes :</p> <p><b>Inspirer du programme sur le développement des compétences émotionnelles de Kotsou, Nelis, Mikolajczak et al., 2011.</b></p> <p><b>Pyramide des besoins de Maslow</b></p> <p><b>Estime de soi ( pyramide de Fanget, C. André)</b></p> <p><b>Echelle d'estime de soi de Rosenberg</b></p> <p><b>Les nouvelles approches en thérapie émotionnelles, Mirabel-Sarron, C.&amp; Philippot, P.(2015)</b></p>

Séances de groupe et interventions communautaires

<p><b>9) Personne de contact (responsable)</b></p>	<p>Nom et prénom du psychologue de première ligne qui porte le projet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nom et prénom : VEZZARO Jessica</li> <li>- Téléphone : 0498/68.47.56</li> <li>- Mail : j.vezzaro@gmail.com</li> </ul>
<p><b>Co-animateur</b></p>	<p><b>2<sup>ème</sup> psychologue de 1<sup>ère</sup> ligne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nom et prénom : SENDEN Christine</li> <li>- Téléphone : 0496/65.72.44</li> <li>- Mail : sendenchristine@hotmail.com</li> </ul> <p><b>Afin d’offrir un lieu d’échange neutre, 2PPL extérieurs à l’équipe. Demande spécifique de l’équipe.</b></p>
<p><b>10) Lieu de l’offre de groupe</b></p>	<p>Nom du lieu d’accroche (si pertinent) : Oui lieu d’accroche</p> <p><b>Asbl Mode d’emploi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Antenne de Huy : Av. Albert 1<sup>er</sup> – 4500 Huy</li> <li>- Antenne de Liège : Rue du Château Massart, 11 – 4000 Liège</li> </ul>
<p><b>11) Autres</b></p>	<p>Modalités d’inscription aux séances : <b>Cf. inscription à la formation de l’asbl.</b></p>

**SIGNATURE**

Psychologue/orthopédagogue clinicien conventionné candidat

*Date*

*Signature*

Vezzaro  
Jessica

*[Handwritten signature]*