

ASBL C.E.D.S.
Espace Charlemagne - 2^{ème} étage
Place de la République française, 1
4000 Liège

Participation

25€

A verser sur le compte **BE81 0010 8238 6624**
de l'asbl C.E.D.S. avec la communication

« Journée d'études du 15/03/19 + nom de la
personne inscrite »

En cas d'absence ou de désistement, la somme de

15€ sera réclamée ou retenue

Date limite d'inscription : le mardi 12 mars 2019

Renseignements

Asbl C.E.D.S. – 04/279 76 28

Inscription

Au moyen du bulletin de participation ci-contre à
transmettre à l'asbl C.E.D.S.

Espace Charlemagne – 2^{ème} étage – Place de la
République française, 1 - 4000 Liège

Ou par e-mail : ceds@provincedeliege.be

Organisateur

Asbl C.E.D.S.

Avec le soutien de la Province de Liège
et de son Service Santé et Social



Les thérapies de la troisième vague

**La journée dont VOUS
êtes le sujet !**

Vendredi 15 mars 2019 de 8 h 30 à 16 h 30

Maison des Sports de la Province de Liège

Rue des Prémontrés, 12 - 4000 Liège

Édito

De tout temps, le travailleur social s'est oublié dans la gestion des situations auxquelles il est confronté.

Il a toujours pris soin de « l'autre », mais qui prend soin de lui ?

Nous vous proposons de venir prendre le temps de mesurer l'ampleur de notre état émotionnel, de découvrir quelques astuces pour l'apaiser, et vous familiariser ainsi à l'idée de prendre soin de vous-même.

Cette journée vous invite à développer ou à retrouver une attitude personnelle propice à l'éclosion ou à l'ancrage d'un véritable équilibre entre le « professionnel » et le « personnel ».

En matière d'écoute et de soutien aux personnes, les thérapies dites de la troisième vague ont cette double originalité de proposer de travailler plus précisément sur l'acceptation de nos émotions, même négatives, plutôt que sur leur modification, et de tabler sur les ressources personnelles que nous avons toutes et tous.

Nous faisons donc le pari qu'en se respectant et en mettant en place les habiletés et les outils adéquats, dans une optique de développement personnel, nous améliorerons de la sorte notre adaptabilité, notre bien-être au travail et préserverons ce qui fait la richesse d'un travail social, à savoir le rapport humain.

Notre volonté est donc clairement d'offrir un espace et une journée de réflexion à toutes celles et ceux qui ressentent le besoin de s'interroger sur leur bien-être et qui souhaitent répondre à cette question « comment puis-je m'adapter face à l'expérience et poser les gestes justes pour retrouver du sens et vivre pleinement ce que je fais, dans le respect de mes valeurs ? »

Au plaisir de nous y retrouver !



08 h 30 Accueil et inscriptions

09 h **Allocution de bienvenue**
Madame Katty FIRQUET, Présidente de l'asbl C.E.D.S.,
Députée provinciale Vice-présidente en charge des Affaires sociales

09 h 15 **Cheminement du C.E.D.S. - récit narratif**
Monsieur Patrick LAURENT, Thérapeute familial, superviseur, formateur. Approche intégrative de l'ACT, de la PNL, de la systémique, de l'hypnose Ericksonienne et des apports récents des neurosciences

09 h 30 **Contextualisation du travailleur social (sa place, problèmes rencontrés, causes de sa souffrance, de son bien-être,...)**
Monsieur Patrick LAURENT

9 h 55 **Le burn-out, être un des acteurs de sa « guérison »**
Témoignage !
Monsieur Serge FRAIKIN, Expert en communication au Forem de Liège

10 h 15 Introduction aux ateliers expérimentiels

11 h 15 Participation pour tous aux trois ateliers

- **Allons de l'avant ! – Sophrologie**
Monsieur Christian RIDELLE, Sophrologue, Association Européenne de Sophrologie

- **Aux fils de soi – Connectez-vous à vous-même**
Cet atelier proposera un ensemble d'exercices (simples et courts) qui permettront d'établir, de conserver, ou de retrouver la connexion à soi-même, base de toutes relations avec les personnes avec lesquelles nous travaillons. Mettre l'écologie et la bienveillance au profit de l'efficacité

- **« Et moi, et moi, ... émoi »**
Une invitation à s'ouvrir à ce qui surgit dans l'instant : s'ouvrir à soi via les sensations corporelles et les émotions et oser être qui je suis.
Madame Nathalie BOSMANS, Consultante en management et dans le secteur de la santé mentale, Formatrice

12 h 15 Repas libre

14 h et 15 h **Ateliers expérimentiels**

16 h **Un pont vers le futur - Où souhaitons-nous aller ?**
Monsieur Patrick LAURENT, Monsieur Christian RIDELLE,
Madame Nathalie BOSMANS

16 h 30 Fin de la journée

Journée d'études

Les thérapies de la troisième vague
La journée dont VOUS êtes le sujet !

Vendredi 15 mars 2019
de 8 h 30 à 16 h 30

Maison des Sports
de la Province de Liège

Rue des Prémontrés, 12
4000 Liège



S'inscrit à la journée d'études le 15 mars 2019 et verse la somme de 25 € au numéro de compte IBAN : BE81 0010 8238 6624 du C.E.D.S.

Communication: « Journée d'études du 15/03/19 + nom de la personne inscrite »

En cas d'absence ou de désistement, la somme de 15€ sera réclamée ou retenue
Date limite d'inscription : le mardi 12 mars 2019

Signature

Date

Nom :
Prénom :
Institution :
Fonction :
Adresse :
.....
Code postal :
Localité :
Téléphone :
Courriel :