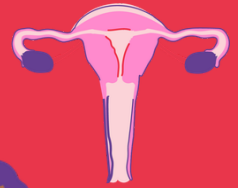


Ménopause : comprendre et s'outiller pour mieux accompagner



Cette formation est organisée à destination de structures sociales et médico-sociales qui souhaitent être mieux outillées pour accompagner au quotidien le public ménopausé accueilli et/ou souhaitent monter un projet sur la ménopause dans leur structure.

Nous vous invitons à envoyer un mail :
hilda.mesherky@regleselementaires.com
pour planifier une formation.

PRÉREQUIS À LA FORMATION :

Aucun

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA FORMATION :

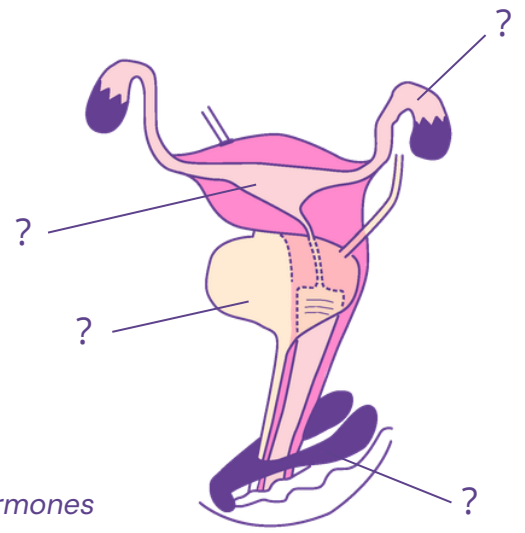
- Questionner les représentations sur la ménopause pour briser les tabous qui y sont liés
- Identifier les difficultés qui peuvent être vécues pendant la transition ménopausique
- Savoir expliquer simplement la physiologie de la périménopause et la ménopause au public accompagné
- Identifier et comprendre les enjeux d'égalité et les conséquences sanitaires et sociales de la ménopause
- Disposer des informations pour accompagner le public dans la transition ménopausique
- Être plus à l'aise et outillé-e pour parler de la ménopause le public accompagné

MODALITÉS DE LA FORMATION :

- Public : professionnel·les des structures sociales et médico-sociales, professionnel·les de structures accompagnant des publics en situation de précarité, travailleurs sociaux et travailleuses sociales
- Durée : 6h00
- Format : présentiel
- Nombre de stagiaires : 10 à 20 stagiaires
- Délais d'accès : Les structures intéressées par la formation doivent nous contacter au minimum deux mois avant la planification de cette formation
- Modalités d'accès : pour toute demande, contactez-nous à cette adresse mail : hilda.mesherky@regleselementaires.com

PROGRAMME SYNTHÉTIQUE DE LA FORMATION :

- Les représentations autour de la ménopause
- *Le tabou de la ménopause*
 1. Focus sur le tabou
 2. Histoire du tabou de la ménopause
 3. Les conséquences du tabou
- La ménopause et la précarité ménopausique
- Qu'est que c'est la ménopause ?
 1. Définition de la périménopause
 2. Que passe-t-il dans le corps ?
 3. La physiologie de la ménopause : appareil génital et les hormones
 4. Les symptômes de la périménopause
- Mises en situation d'écoute
- Atelier participatif : construire un monde "ménopause-friendly"
- Groupes de travail "agir contre la précarité ménopausique dans ma structure" et restitution collective
- Présentation des ressources et des outils



ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

Règles Élémentaires assure des formations accessibles à toutes et tous en s'assurant au préalable que le lieu de la formation est adapté aux stagiaires présent·e·s. Claire, référente handicap est disponible à l'adresse claire.riou@regleselementaires.com pour accompagner les stagiaires en situation de handicap. Au sein de l'équipe nos formateur·ices sont formé·es à l'accueil des stagiaires en situation de handicap.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES UTILISÉES :

La formation repose sur une approche pédagogique active et participative :

- Apport du socle de connaissances théoriques : vulgarisation scientifique
- Travail sur les représentations
- Mises en situation
- Analyses de situations vécues : échanges de pratiques et de témoignages entre professionnel·les
- Atelier participatif
- Aide au passage à l'action : transmission d'outils de sensibilisation, posture d'écoute et d'accompagnement des publics ménopausés



MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION :

- Questionnaire de connaissances (initial et final)
- Participation active des stagiaires
- Mises en situation
- Qualité des productions de groupe
- Restitutions associées

L'évaluation de la formation se fera en deux temps via :

Le jour de la formation :

- Un questionnaire initial d'évaluation des connaissances
- Un questionnaire final d'évaluation des connaissances qui correspond aux objectifs de la formation
- Un questionnaire d'évaluation de notre formation dans sa globalité

6 mois après la formation :

- Un questionnaire d'évaluation de l'impact des actions qui ont pu être mises en place dans votre structure, un point d'accompagnement et d'évaluation de l'action en visioconférence



TARIF :



1200 €

(si la formation ne rentre pas dans le cadre d'une prise en charge de nos partenaires financeurs)

