



A LA DECOUVERTE DE L'AGE LIBRE
Association déclarée selon la loi du 1^{er} juillet 1901
5, impasse du 49 rue du Fbg St Martin 75010 PARIS
tél./rép. : 01 42 40 45 10
e-mail : adal@adal.fr



ATTESTATION DE FORMATION

Je soussignée, Christine CARDIN, responsable pédagogique de l'Association ADAL, certifie que Catherine HUMEAU-CHENE a suivi et validé les 3 modules de la formation suivante :

ACCOMPAGNER LE DEUIL : DU CORPS A L'ETRE (3 modules de 3 jours)

Objetif de la formation

- Connaître et comprendre le processus de deuil, en tenant compte de la personne humaine dans sa globalité, corps, émotions, pensée, identité, être.
- Acquérir des repères théoriques et des outils pratiques pour accompagner le processus de deuil d'une personne quel que soit son âge, son parcours de vie...
- Expérimenter des outils diversifiés et adaptés à chaque étape : être bien dans son corps, accueillir et vivre ses émotions...
- Savoir accompagner en groupe, adulte et/ou enfant, en famille ou individuellement : observer une attitude bienveillante, savoir accueillir/accueillir les histoires de chacun, réguler les échanges, proposer un cadre apaisant et soutenant.

Contenus du module 1 de la formation

Premier jour

- Présentation de la formation et rappel des objectifs.
- Tour de table et expression des attentes individuelles.
- Apport théorique - Le deuil dans ma vie. Identifier les deuils, les pertes dans notre vie : décès d'un proche mais aussi départs des enfants, départs à la retraite, déménagements, séparation, perte d'emploi, de la santé, de la jeunesse...
- Ecoute de soi, écoute de l'autre - langage du corps et résonance
- Description du processus de deuil dans sa totalité.

Deuxième jour

- La place du corps :
- Apports théoriques : impacts du deuil sur le corps
- Expériences pratiques : relaxation, respiration, mouvement conscient, sensorialité, pour soulager et accompagner le processus de deuil.