

Développer l'autonomie

Vacances apprenantes :

Objectifs : Développer l'autonomie

Alimenter les liens sociaux

Augmenter la confiance en soi

Déroulement : Un atelier chaque jour : bien être, compétences sociales, gestion émotionnelle

Nombre de participant : : En cours de construction

Lieu : : En cours de construction

Date : En cours de construction

Durée : 5 jours

Prévention des situations à risque

Objectifs : Appréhender et évaluer le risque

Avoir une réponse de situation adaptée

Créer un éventail de solution possible

Déroulement : les rapports sociaux

La santé

La gestion émotionnelle

Se déplacer et se retrouver

La citoyenneté et les documents administratifs

Les réseaux sociaux

Nombre de participant : : de 4 à 6

Lieu : : Appartement plateforme

Date : En cours de construction

Durée : 1h

Atelier cuisine

Objectifs : Apprentissage de la cuisine

Développer l'autonomie

Liens sociaux

Déroulement : Une liste de course

Une recette accessible

Conception et technique de réalisation

Nombre de participant : : 4

Lieu : : Centre social la MIS La garde

Date : 2 samedi par mois

Durée : 2h

Accompagnement à la santé

Objectifs : Connaissance du corps humain

Développer l'autonomie en matière de santé

Quel praticien pour quel symptôme

Déroulement : Support explicatif visuel

Mon carnet de santé

Nombre de participant : : 2

Lieu : : Appartement plateforme

Durée : 2 h

Ergothérapie

Objectifs : Evaluer les besoins au quotidien

Valoriser l'accompagnement des aidants familiaux par le biais de la PCH

Identifier les capacités et compenser les difficultés

Développer l'autonomie

Déroulement : Evaluation sur lieux de vie

Evaluation sur lieu professionnel

Rééducation

Nombre de participant : : 1

Lieu : : Lieu de vie et appartement plateforme

Développer les compétences sociales

Apéro quizz à thème

Objectifs : Développer les compétences sociales

Développer l'autonomie

S'amuser en apprenant

Déroulement : Un thème

Un plateau repas

Un déguisement

Des quizz

Nombre de participant : : 1

Lieu : : Zoom

Durée : 1h30

Chanson en français signé

Objectifs : Cohésion sociale

Confiance en soi

Coordination motrice et verbale

La mémorisation

Apprentissage dans le JEU et le plaisir

L'apprentissage des signes

Déroulement : Apprentissage des signes

Découpage de la chanson

Chanson en musique

Nombre de participant : : 12

Lieu : : Zoom

Durée : 1h

Développement personnel

Atelier développement personnel

Objectifs : Développer les compétences sociales

Développer les habilités sociales

Comprendre le processus émotionnel

Gestion émotionnel/ confiance et Estime de soi

Développer l'autonomie

Déroulement : Adapté au besoin de chacun

Nombre de participant : : 1

Lieu : : Appartement plateforme

Durée : 1h

Remise en forme

Objectifs : Cohésion sociale

Développer la coordination

Remise en forme

Déroulement : Echauffement

Séries exercices

Nombre de participant : : 12

Lieu : : Zoom

Durée : 1h

Accompagnement parents

Objectifs : Ecoute et de soutien

Réflexivité afin de faire émerger les possibilités

Développer la confiance en soi,

Structurer et organiser le quotidien

Nombre de participant : : 1

Lieu : : Appartement plateforme

Durée : 1h

Groupe de parole

Objectifs : S'entraider, se soutenir

Partager

Nombre de participant : : 2

Lieu : : Appartement plateforme

Durée : 1h