

TOPSIDE+

Possibilité de formation pour les personnes
handicapées intellectuelles au rôle de parrain



Curriculum

en Facile à Lire et à Comprendre



Inclusion Europe



www.peer-support.eu

TOPSIDE+
Curriculum en Facile à Lire et à Comprendre

TABLE DES MATIERES

Introduction	2
Qu'est-ce qu'un pair ?	3
Qu'est-ce que le parrainage?.....	3
La méthode de formation TOPSIDE.....	4
Les bases de la formation TOPSIDE.....	5
Le Curriculum TOPSIDE.....	5
Les exercices TOPSIDE.....	5
Les formations TOPSIDE.....	6
Les compétences à développer	7
Les compétences d'inclusion.....	7
Les compétences entre pairs.....	8
Les compétences pratiques.....	8
Les rôles du formateur et du co-formateur	10
La participation du co-formateur	11
La préparation des formations.....	12
L'évaluation des formations	14
Après la formation : le mentor	16
Annexe: Explication des mots difficiles.....	17

INTRODUCTION

Le mot "**pair**" n'est pas souvent utilisé.

Etre inclus c'est faire partie de quelque chose.

Quand on parle d'inclusion

On parle de faire partie de la société.

Comme par exemple, aller à l'école, avoir un travail,
participer à une formation ou être engagé politiquement.

Une société inclusive permet à chacun
d'avoir la chance de participer à la vie citoyenne.

Un citoyen est un membre de la société.

Il y a quelques années,

les personnes avec un handicap
étaient exclues de la société.

Les personnes avec un handicap
n'avaient pas la chance de participer pleinement
à la vie citoyenne.

Cela peut encore être le cas aujourd'hui.

Le projet TOPSIDE a pour but de permettre
à tous les participants d'être inclus.

Ils se sentent valorisés.

C'est à dire que leurs capacités
sont mises en avant et reconnues.

Ils sont capables de participer activement
et de partager leurs expériences de vie.

Ce document donne des conseils
pour être co-formateur dans le projet TOPSIDE.
Le co-formateur est une personne handicapée intellectuelle.

Parfois il y aura des mots difficiles à comprendre.
La première fois qu'un mot difficile est utilisé
il est écrit en **gras**.

Certains termes que vous pouvez entendre ou lire dans le
curriculum TOPSIDE ou sur le site web seront expliqués en fin
de texte

QU'EST-CE QU'UN "PAIR"

Le terme "pair" n'est pas souvent utilisé. Dans notre projet, il s'agit d'une personne qui partage les mêmes expériences de vie que vous.

Un "pair" souvent vous comprend mieux car il partage les mêmes expériences. Il comprend mieux ce que vous ressentez. Vous avez plus de facilité d'échanger avec votre « pair » qu'avec d'autres personnes. Un « pair » peut devenir une personne de confiance mais n'est pas souvent un ami proche.

Dans notre projet, nous utiliserons le mot "pair" principalement pour des personnes avec une déficience intellectuelle ou difficultés d'apprentissage.

QU'EST-CE QUE LE "PARRAINAGE"?

Le parrainage c'est quand vous avez un soutien d'une personne comme vous

Le « parrainage » c'est quand des personnes ayant des déficiences intellectuelles soutiennent d'autres personnes ayant la même déficience.

Chacun peut faire du parrainage mais pour offrir un meilleur soutien il faut suivre une formation.

LA METHODE DE FORMATION TOPSIDE

Dans notre projet TOPSIDE nous adoptons une méthode de formation pour habilitier les personnes ayant une déficience intellectuelle à aider leurs 'pairs'.

Ils apprennent comment se baser sur leurs expériences pour aider les autres.

Ils apprennent aussi à écouter, comprendre et communiquer. Pour cela, nous avons différents exercices. Certains exercices sont très simples et d'autres plus difficiles.

Nous avons constaté que c'est très efficace quand une personne ayant une déficience intellectuelle participe à la formation.

Ainsi nous avons toujours 2 formateurs pour les exercices :

- 1 formateur ayant une déficience intellectuelle. C'est les « co-formateurs »
- 1 formateur sans déficience intellectuelle.
C'est les "formateurs".

Ils travaillent toujours en équipe.

Ce document est adressé aux "co-formateurs" pour les aider à comprendre leur mission.

Il y a 4 à 8 participants dans une formation. Il ne doit pas y avoir plus afin que chacun puisse participer et avoir l'occasion de parler.

Quand les participants auront fini leur formation, ils deviennent 'co-formateurs". Ils sont alors prêts à aider leur "pairs". Souvent une fête est organisée pour célébrer leur réussite.

LES BASES DE LA FORMATION TOPSIDE

Il y a certains éléments à savoir avant de devenir 'co-formateur'. C'est la base de la formation TOPSIDE.

LE CURRICULUM TOPSIDE

Un curriculum représente la liste de compétences qu'une personne a besoin pour faire un travail.

Le Curriculum TOPSIDE c'est ce qu'on a besoin d'apprendre pour devenir 'co-formateur'. Ça représente les compétences requises pour aider les autres.

LES EXERCICES TOPSIDE

TOPSIDE a rassemblé plusieurs exercices que vous pouvez faire lors des formations. Il existe plus de 60 différents exercices. Ces exercices aident les participants à acquérir plusieurs compétences. Vous pouvez trouver ces exercices sur le site internet www.Peer-Support.eu

Par exemple:

- Ecouter les autres.
- Aider les autres à prendre leurs décisions.
- Aider les autres à s'exprimer.

Vous n'avez pas besoin d'utiliser tous les exercices mais il est conseillé d'utiliser les exercices qui développent différentes compétences.

Pour être 'co-formateur' vous devez avoir certaines compétences que vous pouvez développer vous-mêmes avec les exercices TOPSIDE

LA FORMATION TOPSIDE

Il y a 4 à 8 participants dans chaque formation

Les participants auront besoin de plusieurs formations pour aboutir à leur but de devenir 'co-formateur'.

Le formateur sans déficience animera les formations avec vous.

Vous devez former une équipe soudée pour y parvenir.

Ensemble, le formateur et le co-formateur choisissent les exercices à faire dans la formation.

Dans chaque exercice il y a une partie rédigée en termes **facile à lire**. Cette partie peut vous aider

Il est très important de bien préparer la formation ensemble avec votre collègue formateur.

LES COMPETENCE A DEVELOPPER

Le Curriculum TOPSIDE est basé sur les compétences.

Ainsi, il faut avoir des compétences spécifiques pour réussir la formation qui a pour but de devenir 'co-formateur'.

Nous avons divisé ces compétences en 3 groupes:

Ils sont tous très importants si vous voulez assurer un bon soutien.

Les exercices TOPSIDE sont conçus pour développer ces compétences.

COMPETENCES D'INCLUSION

Les compétences d'inclusion c'est la capacité de comprendre que nous sommes tous différents et que chacun de nous a son rôle dans la société.

Il s'agit de comprendre l'importance de faire partie de la société et d'être inclus dans tous les domaines.

Les co-formateurs peuvent aider leurs pairs à comprendre que nous pouvons tous faire partie de la société. Nous pouvons être travailleurs, voisins, parents, fils ou filles, formateurs, amis, et plus encore. Tous ces aspects différents représentent des 'rôles'. Une personne peut avoir différents rôles.

Nous avons tous dans notre vie des personnes que nous apprécions et qui nous apprécient. En explorant différentes situations de la vie, on comprend le sens d'être inclus.

LES COMPETENCES ENTRE PAIRS

Les compétences entre pairs c'est la capacité de bien communiquer et comprendre les sentiments des autres. Un bon co-formateur peut donner un sens aux histoires vécues et partagées par les autres, et de s'en servir comme outil d'inclusion. Ils sont capables d'identifier les émotions des autres et de les comprendre. Les co-

formateurs apprendront comment écouter, rassembler des informations importantes, réagir aux autres, clarifier l'information et respecter l'intimité.

LES COMPÉTENCES PRATIQUES

Les compétences pratiques sont les compétences acquises par l'expérience personnelle. Cela implique que le co-formateur soit capable d'utiliser sa propre expérience pour aider et soutenir les autres.

Ils peuvent se servir de leurs propres expériences dans différents domaines, comme le travail, la vie indépendante, relations personnelles, engagements politiques, droits et autres domaines. En partageant leurs expériences personnelles, ils démontrent comment être inclus. et respecté.

Par exemple, les participants apprendront comment prendre des décisions, comment apprendre de ses erreurs, ou l'importance de bien s'informer avant de prendre une décision, et ou trouver de l'aide si besoin.

LES ROLES DU FORMATEUR ET DU CO-FORMATEUR

Les formations TOPSIDE sont toujours animées par 2 formateurs:

- Le **co-formateur**, qui est une personne avec une déficience intellectuelle comme les participants.
- Le deuxième formateur n'a pas de déficience.
Les instructions pour les formateurs sont disponibles sur le site internet de TOPSIDE www.peer-support.eu.

Le formateur et le co-formateur auront plusieurs rôles durant la formation. Les co-formateurs décident de ce qu'ils se sentent à l'aise de faire au cours de la formation.

Nous avons identifié certains des rôles qu'ils peuvent faire. Vous pouvez lire sur ce sujet ci-dessus

La planification de la formation doit toujours se faire à deux. Ils peuvent avoir un ou plusieurs rôles lors de la formation. Ils peuvent avoir des rôles différents dans des exercices différents.

Par exemple, si l'exercice concerne une situation que le co-formateur connaît bien, il ou elle sera plus à l'aise à animer cette partie et jouer un plus grand rôle. Aussi, ils peuvent accueillir les participants et aider à la distribution du matériel. Le co-formateur décide avec le formateur du rôle de chacun lors de la formation.

LA PARTICIPATION DU CO-FORMATEUR

Le formateur et co-formateur partagent la même mission : celle d'apprendre aux participants le 'parrainage'
Mais lors d'une formation ils peuvent avoir des missions différentes. Ainsi avant la formation ils doivent convenir de qui fait quoi dans chaque exercice.

Il est important de comprendre que leurs rôles peuvent varier selon l'exercice. Un exercice peut être animé par le co-formateur alors que dans un autre exercice, il peut partager ses expériences.

Nous avons réfléchi à quelques missions que le co-formateur peut avoir lors d'une formation

Par exemple:

- Accueillir les participants et s'assurer qu'ils sont à l'aise.
- Expliquer le 'parrainage'.
- Expliquer les exercices.
- Soutenir la discussion en partageant leurs propres expériences, répondre aux participants et apprécier leurs propres expériences.
- Participer aux jeux de rôle.
- Animer un exercice en toute autonomie.

Ce n'est qu'une partie des rôles que le formateur peut avoir lors des formations.

Pour chaque exercice sur le site internet de TOPSIDE nous avons donné quelques idées sur le rôle que le co-formateur peut faire.

Vous pouvez en suggérer d'autres.

LA PREPARATION DES FORMATIONS

Il est important que le formateur et co-formateur préparent toujours la formation ensemble.

Ils doivent d'abord évaluer les compétences des participants. Si c'est des nouveaux participants ils pourront bénéficier de toutes les compétences de TOPSIDE.

Si les participants ont déjà eu des formations, la situation est différente. Ainsi le formateur peut choisir de nouvelles compétences ou décider de retravailler sur une compétence acquise déjà en rappel pour les participants.

Sur le site internet de TOPSIDE www.peer-support.eu il existe une liste de compétences qui peuvent être acquises.

Pour chaque séance d'une heure vous pouvez faire seulement 1 ou 2

Une fois que vous avez choisi ensemble la compétence à apprendre, vous pouvez trouver sur le site internet de TOPSIDE les exercices respectifs à cette compétence.

Ensemble, les formateurs regardent les exercices et en discutent pour choisir l'exercice qu'ils préfèrent. Tous les exercices sont expliqués avec un résumé facile à lire,

L'exercice suggère aussi des idées sur ce que le co-formateur peut faire. Les formateurs doivent en échanger et si besoin proposer d'autres idées. Ils décident par la suite qui fait quoi lors de la formation.

Et le plus important

Ne stressez pas!







L'EVALUATION DES FORMATIONS

Quand vous animez une formation, vous aimeriez savoir si les participants ont apprécié ou pas.

Vous devez aussi savoir si vous avez apprécié la formation.

C'est ce qu'on appelle **l'évaluation**.

A la fin du séminaire vous devez demander aux participants leurs impressions. Pour vous aider, vous pouvez préparer des documents comme suit ou le présenter sur le tableau.

	 ■	 ■	 ■
 Accueil			
 Matériel de formation			
 Exercice 1: _____			

Vous pouvez préparer vos propres questions ou utiliser le suivant:

- Accueil
- Organisation
- Matériel de formation
- Lieu de formation
- Comment étaient les formateurs
- Que pensez-vous du groupe
- Une question sur chaque exercice

Les participants peuvent cocher ou coller des gommettes pour donner leur avis

Vous devez ensuite échanger avec les participants sur les résultats







Si votre formation est sur plusieurs jours, vous devez faire cet échange en fin de chaque journée.

L'autre question c'est de savoir comment le formateur et vous-même vous avez apprécié la formation. Il est important d'apprendre de son expérience et de s'améliorer. Vous avez préparé la formation ensemble, ainsi vous devez évaluer ensemble. Vous faites cette auto-évaluation à deux sans les participants.

Les questions suivantes peuvent vous aider à l'évaluation

- Comment était votre humeur?
- Comment vous avez géré le temps?
- Est-ce que les participants se sont impliqués comme vous le souhaitiez?
- Quelles parties ont-ils trouvé bien, difficile ou ennuyante?
- Quelles parties vous avez trouvé bien ou difficile?
- Comment était la coopération au sein de votre équipe?
- Etiez-vous satisfaits de votre rôle (ou vos missions)?
- Qu'avez-vous appris de cette session?
- Qu'est-ce que vous devez changer ou améliorer?

Vous pouvez aussi utiliser un tableau comme celui-ci pour noter vos réflexions.

	 ■	 ■	 ■	VOS RÉFLEXIONS
 Votre humeur				
 Comment vous avez géré le temps?				
 Exercice 1:				

APRES LA FORMATION: LE MENTOR

IL arrive que les co-formateur aient besoin de soutien pour aider leurs pairs.

Cela peut arriver surtout dans certains domaines spécifiques comme par exemple l'aspect légal. Cela peut être le cas dans des situations d'abus ou de violence.

C'est dans ces situations qu'ils peuvent compter sur du soutien d'un **mentor**.

Le mentor ne doit pas exprimer des opinions personnelles sur la façon dont le co-formateur devrait agir.

Le mentor doit encourager le co-formateur à réfléchir à ses expériences personnelles et comment en faire bénéficier les autres. Le mentor peut aider seulement uniquement quand le co-formateur sens le besoin d'avoir son soutien.

Nous avons des instructions pour les mentors; disponibles sur le site internet de TOPSIDE www.peer-support.eu.

A

Capacité d'autoréflexion

Signifie que vous êtes capables de réfléchir sur qui vous êtes et pourquoi vous faites ce que vous faites.

B

Faire partie d'une communauté

Signifie que vous appartenez à un groupe de personnes. Vous partagez des choses en commun avec ce groupe. Communauté peut être votre famille, vos camarades de classe, ou les personnes qui vivent à proximité.

Brainstorming

Brainstorming signifie que vous pensez à un sujet et vous énumérez ce qui vous vient à l'esprit. Brainstorming signifie partager des idées avec les autres. Certaines personnes peuvent ne pas apprécier vos idées. Toutes les idées sont bonnes, mais certaines mieux que d'autres. Il est important d'écouter les idées des autres.

C

Citoyenneté

Les gens sont citoyens d'un pays où ils sont nés ou où ils vivent.

La citoyenneté signifie que vous appartenez à un pays. Les gens qui portent la nationalité d'un pays sont des citoyens. Les citoyens possèdent un passeport pour prouver leur

appartenance à leurs pays. Tous les citoyens d'un pays ont des droits et des devoirs.

Des droits, comme par exemple le droit de voter aux élections.

Devoirs comme par exemple vous devez vous enregistrer auprès de votre communauté.

Citoyen actif

Le citoyen actif est un membre d'un pays, qui est intéressé à participer dans la communauté.

Le citoyen actif c'est quelqu'un intéressé par la politique et concerné à améliorer les choses pour la communauté.

Communication

La communication c'est d'échanger des informations avec les autres.

La communication peut se faire entre deux personnes ou plus.

On peut communiquer oralement ou par écrit.

Il existe d'autres formes de communication aussi.

Les gens peuvent communiquer par le regard ou par les gestes.

Compétence

Compétence signifie que vous êtes capable d'effectuer des tâches.

Compétence signifie que vous avez de bons acquis pour bien mener une tâche. Si vous avez des compétences dans un domaine cela veut dire que vous avez de bonnes capacités pour le faire. Compétence est aussi désigné par le terme talent.

Confidentialité

Souvent, vous ne souhaitez pas que d'autres personnes obtiennent des informations vous concernant. Il est possible de partager certaines informations avec quelques personnes. Ces personnes ne doivent pas divulguer ces informations aux autres.

Confidentialité signifie que seulement les personnes que vous choisirez ont connaissance de votre histoire. Cela veut dire que l'information que vous partagez reste restreinte aux personnes de votre choix. Les gens devraient se respecter mutuellement et seulement partager des choses qu'ils sont censés.

Contribuer à la société

Contribuer à la société signifie que vous faites des actions pour la communauté dont vous faites partie. Vous contribuez pour améliorer votre communauté.

Curriculum

Le Curriculum est un programme éducatif qui aide les personnes à devenir conformateurs. Le curriculum inclut des

exercices. Il existe plusieurs exercices dans le curriculum. Si vous faites ces exercices vous apprendrez de nouvelles choses. Les exercices vous aident à améliorer vos compétences. Les exercices aident les personnes avec une déficience intellectuelle à devenir co-formateur.

Le curriculum est disponible sur le site internet de TOPSIDE:

<http://www.peer-support.eu/>

Compétences

Les compétences, c'est la capacité de bien faire des choses. Si vous avez une compétence dans un domaine c'est que vous le faites bien. Il existe plusieurs compétences. Si vous avez une compétence en cuisine vous pouvez préparer de bons plats. Si vous avez une compétence en peinture, vous pouvez faire de beaux dessins.

Compétences entre pairs

Les compétences entre pairs c'est la façon de communiquer à une ou plusieurs personnes. C'est aussi les réactions aux paroles et actions de l'autre. Il s'agit d'apprendre à travailler avec l'autre.

Compétences d'inclusion

Les compétences d'inclusion sont les réflexions centres sur l'inclusion de la personne et ses besoins. Les compétences d'inclusion vous permettent de jouer un rôle citoyen

important dans votre communauté. Il s'agit d'apprendre les valeurs d'inclusions pour améliorer la qualité de vie.

Compétences pratiques

Les compétences pratiques vous permettent de transmettre aux autres votre savoir en vous référant à vos expériences. Les expériences peuvent être dans divers domaines de votre vie. Il s'agit de se baser sur vos expériences et celles des autres pour aider quelqu'un.

D

Base de données

Base de données c'est la collecte d'un nombre d'information. Cette information est appelée données. Les données peuvent être stockées sur un ordinateur ou sur internet. Vous pouvez accéder à la base de données et lire ces informations.

Prise de décision

Tous les gens peuvent faire leur propre choix. Cela signifie que vous pouvez décider de ce que vous voulez.

Vous pouvez décider par exemple de votre lieu de résidence. Vous pouvez également décider de votre repas. Il existe des décisions simples et difficiles à faire. Nous devons faire des choix au quotidien. Vous ne prenez pas toujours la bonne décision. On regrette les mauvaises décisions. Vous

pouvez demander l'avis des autres quand vous prenez une décision.

Diversité

La diversité signifie qu'il y a beaucoup de gens ou de choses différentes, ensemble.

Tous les gens sont différents les uns des autres. All people are very different from each other.

Il est bon d'avoir plusieurs choses ensemble.

Les différences sont intéressantes.

Nous apprenons beaucoup des autres qui sont différents de nous.

E

Empathie

Empathie signifie que vous comprenez le sentiment de l'autre, que vous pouvez ressentir ce que l'autre ressent.

Cela signifie que vous pouvez vous imaginer à la place de l'autre dans une situation similaire.

Evaluation

Si vous animez un séminaire vous souhaiteriez savoir si les participants ont apprécié ou pas. Vous devez aussi vous poser cette question aussi. C'est ce qu'on appelle une évaluation. Il existe des outils pour vous aider à l'évaluation.

F

Facile à lire

Les personnes avec une déficience intellectuelle peuvent trouver une difficulté à comprendre et apprendre de nouvelles choses. Si les personnes déficientes intellectuelles n'ont pas accès à la bonne information, ils seront dépassés. C'est la raison pour laquelle, c'est important pour les personnes déficientes intellectuelles d'avoir accès à une information qui est clair et facile à comprendre. Pour cela il faut suivre des normes.

Soutien formel

Soutien signifie obtenir de l'aide de quelqu'un. Soutien formel, signifie que vous obtenez de l'aide d'un tuteur ou d'une personne habilité à aider les personnes déficientes. Vous pouvez obtenir de l'aide pour ce que vous ne pouvez pas gérer seuls.

Soutien informel

Soutien signifie obtenir de l'aide de quelqu'un? Soutien informel signifie que vous obtenez de l'aide d'une personne de confiance.

Votre soutien peut être un ami, un membre de la famille, un voisin, ou quiconc que vous souhaitez. Le soutien informel est gratuit

I

Instructions

Les instructions vous expliquent comment faire certaines choses.

Les instructions ne sont pas des règles mais un conseil pour mieux faire les choses.

Inclusion

Inclusion signifie faire partie de quelque chose.

Inclusion signifie que vous pouvez participer pleinement.

Inclusion signifie que vous êtes une personne entièrement acceptée.

Conversation informelle

Avoir une conversation informelle signifie que vous échangez avec quelqu'un sans préparer ce que vous allez dire. La conversation informelle se passe avec des personnes que vous connaissez. Elle peut avoir lieu ç n'importe quel moment et n'importe quel endroit. La conversation informelle n'est pas stressante, vous n'avez pas besoin de vous préparer.

Décisions informées

Les décisions informées c'est quand vous avez assez d'information sur le sujet. Vous pouvez vous en rappelez et utiliser ces informations quand vous prenez une décision. C'est plus facile de prendre une décision si vous avez des informations sur le sujet.

L

Les expériences de vie

Les expériences de la vie se réfèrent à votre vécu. Ça peut être tout ce que vous avez appris ou ce que vous avez vu.

L'apprentissage continu

Les programmes d'apprentissage continu signifient des cours pour adultes pour apprendre de nouvelles choses. L'apprentissage continu est appelé aussi éducation pour adulte. Pour le moment, les programmes d'apprentissage sont souvent difficiles pour les personnes avec une déficience intellectuelle.

M

Mentor

Le mentor désigne la personne qui soutient les co-formateurs en cas de besoin.

Le mentor c'est une personne à qui vous pouvez vous adresser pour des conseils ou de l'aide. Le mentor aidera les co-formateurs à réfléchir sur les moyens d'aider leurs pairs.

Le mentor ne vous dicte pas quoi faire, il vous aide à réfléchir sur vos choix.

Méthodologie

Il y a une façon de faire les choses. La méthodologie c'est les règles à suivre pour le faire. Cela signifie que vous avez une idée de la meilleure façon de faire un travail.

Motivation

La motivation signifie que la personne est intéressée pour faire quelque chose. Vous avez une raison pour laquelle vous faites quelque chose. Cette raison c'est la motivation pour laquelle vous participez à une action.

O

Attitude ouverte

L'attitude ouverte c'est la façon de penser et ressentir les choses. Une attitude peut être positive ou négative. Une attitude ouverte signifie que vous ne portez pas de jugements avant de connaître la personne ou la situation.

P

Pantomime

Pantomime c'est on s'exprime avec le visage.

Pantomime signifie que vous ne communiquez pas avec les paroles mais vous exprimez vos sentiments avec des mimiques faciales. Vous pouvez exprimer beaucoup de sentiments avec le visage. Vous démontrez la colère, le bonheur, la tristesse ou exprimez d'autres sentiments.

.

Pair

Un pair c'est une personne qui partage des situations similaires que vous. Un pair c'est une personne comme vous. Il comprend ce que vous ressentez. Il vit les mêmes situations que vous. A pair n'est pas nécessairement votre ami ou un membre de votre famille. Pour les personnes

avec une déficience intellectuelle les pairs c'est d'autres personnes ayant cette déficience.

Soutien entre pairs

Soutien entre pairs c'est le fait d'obtenir de l'aide de personnes de confiance, de personnes qui vous comprennent. Il s'agit d'un soutien de personnes avec une déficience intellectuelle qui partagent les mêmes expériences que vous. Le soutien entre pairs c'est être inclus dans votre communauté et d'obtenir de l'aide de personnes comme vous. Le Soutien entre pairs signifie l'entraide.

L'approche centrée sur la personne

Tout ce qu'on fait pour répondre aux besoins de la personne.

Outil de planification

Un outil est un objet utilisé pour créer quelque chose. Un outil de planification signifie un objet ou une idée utile qui vous aide à planifier une activité ou un événement. Quand vous planifiez une activité ou un événement vous réfléchissez à comment l'organiser.

You plan the details with a planning tool.

Privé

Le privé c'est ce qui vous appartient à vous seulement et pas à quelqu'un d'autre.

Si une information est privée vous êtes le seul à le savoir. Si une information n'est pas privée, elle est publique. Publique c'est pour tout le monde, privé c'est pour vous.

Intimité

L'intimité signifie que vous pouvez être seuls, sans accompagnement. Les autres ne regardent pas ce que vous faites.

R

Sensibilisation sur les droits

La sensibilisation sur les droits c'est le fait d'informer les gens sur leurs droits humains. Les droits c'est ce que vous pouvez faire dans une société. Il est important que les gens soient au courant de leurs droits.

Rôle

Le rôle signifie ce que vous devez faire dans certaines situations. Le rôle signifie ce qu'attendent les autres de vous, comment vous devez vous comporter et ce que vous devez faire.

Rôles clés

Il s'agit des rôles les plus importants.

Les rôles clés aident vraiment des personnes dans certaines situations.

Role social

Nous avons des rôles différents dans notre communauté ou notre société. Le rôle social peut désigner ce que vous faites chez vous ; au travail ou pendant votre temps libre. Quand nous avons un rôle social les gens s'attendent à ce que nous agissons d'une certaine manière. Si votre travail est jardinier, les gens s'attendent à ce que vous occupez des plantes. Si vous êtes une sœur, les gens s'attendent à ce que vous soyez gentille avec votre frère.

Jeu de rôles

Les jeux de rôles c'est un exercice. Dans un jeu de rôle vous jouez le rôle de quelqu'un d'autre. Vous devez imaginer que vous êtes quelqu'un d'autre et agissez comme le ferai normalement cette personne.

S



Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne



www.peer-support.eu