Le projet de vie après l'ESAT

Fiche technique

Secteur
Social

Public
Cette formation s'adresse à tout travailleur d'ESAT.

Durée
2 jours

Organisme de formation
➔ ASKORIA

Date limite d'inscription
30/11/2018

Lieux & dates

➔ **Groupe 1**
Côte d'Or
Les 17 & 18 juin 2019
➔ **Groupe 2**
Saône-et-loire
Les 4 & 5 avr. 2019
➔ **Groupe 3**
Nièvre
Les 26 & 27 sep. 2019
➔ **Groupe 4**
Yonne
Les 18 & 19 nov. 2019

Interlocuteur Opco Santé

LUX Sylvie
sylvie.lux@unifaf.fr
03 80 30 84 46

Contexte

La fin de l'activité professionnelle pour les travailleurs d'ESAT est une problématique de plus en plus présente. Alors que l'on a pris conscience de l'importance de la préparation pour les travailleurs en milieu ordinaire, cette question n'est quasiment pas abordée pour les travailleurs d' E.S.A.T.
Or, il est primordial pour ces personnes d'avoir des repères sur leur devenir après la cessation de leur activité professionnelle. En effet, cette étape s'accompagne d'une diminution conséquente de leurs revenus, ainsi que d'une évolution importante dans l'organisation de leur vie.
Il est donc essentiel qu'ils soient préparés et accompagnés pour aborder le plus sereinement possible cette étape après l'ESAT

Objectifs

Cette formation doit permettre aux travailleurs d'E.S.A.T de mieux vivre la fin de leur activité professionnelle, de connaître leurs droits, l'évolution de leurs ressources et de trouver leur équilibre au quotidien.

Cette formation intégrera notamment les points suivants :
➔ Se situer dans une nouvelle perspective
➔ Connaître les évolutions financières liées à ce statut
➔ Elaborer un projet : ➔ Les pièges à éviter
➔ Les différentes activités à envisager

➔ Anticiper le passage à la retraite : ➔ Trouver un équilibre entre temps personnel, temps familial et temps social, savoir gérer son temps

➔ Nouveau rapport au temps et recherche du rythme propre

Prérequis

Aucun prérequis n'est demandé

Contenu

LA RETRAITE : MES DROITS, QUELLES ACTIVITES ?

Appréhender les représentations de l'entrée en retraite :
➔ « Entrer » plutôt que « Partir » à la retraite
➔ Les représentations sociales : Tous égaux
➔ Dégager le Vrai du Faux

Activer ses connaissances sur les principes de la retraite :
➔ La retraite : ce que c'est : d'où ça vient (une conquête sociale), ce que dit la Loi, à partir de quand.
➔ Quelles démarches auprès de qui : il s'agit de présentation en grandes ligne pour rassurer qu'ils seront accompagnés dans la démarche à faire valoir leurs droits.

- Quels revenus ; (il ne s'agit pas d'entrer dans le détail mais de donner les principes) ; à quelles aides je peux prétendre

Se projeter à la retraite et appréhender la notion de temps et de rythme différent : Les lieux de vie possibles :

- Logement autonome, maison de retraite, famille, Accueil Familial, foyer d'hébergement adapté etc.
- Les services qui peuvent accompagner : SAVS, SAMSAH, SSIAD et SAAD

Consolider les apprentissages : Consolidation des fiches mémo sur :

- Ce qu'est la Retraite, les institutions.
- Les différents lieux de vie possibles

Le vécu des stagiaires pour cette première journée.

NOUVEAU RYTHME, NOUVEL ESPACE, NOUVEAUX AMIS :

Mener des recherches sur les acteurs Locaux :

- Cartographie des interlocuteurs, services potentiels en fonction de son projet pour L'Habitat, la demande de retraite,
- Création d'un répertoire

Sensibiliser aux questions de la santé : Santé et vieillissement ;

- Entretenir son corps et son esprit
- Les conditions d'une bonne hygiène de vie : activités pour lutter contre la sédentarité, un rythme de vie à se donner, hygiène alimentaire, hygiène corporelle
- La nécessaire surveillance médicale

Développer son projet de vie autour de nouvelles activités : Travail sur son projet de vie :

- Les activités nouvelles (rêvées, envisageables, possibles) ou à renforcer
- Les réseaux à activer : La vie de famille à réinterroger : Repérage dans son environnement des activités, structures existantes

Découvrir et activer de nouvelles formes de vie sociale : La vie familiale, associative et citoyenne :

- Comment participer, ce qui existe
- Ma famille
- Etre bénévole : c'est quoi, engagement Les associations locales : sport, culture, nature, quartier, social.
- Appréhender le budget de ces activités
- Les risques et pièges à éviter

Evaluer l'évolution des apprentissages et des acquis : Clôture de l'action de formation

- Evaluation individuelle
- Bilan collectif de la formation