

De la distribution à l'accompagnement

Intervenir auprès de personnes en difficulté peut être éprouvant. Cela peut induire une fatigue physique et morale exprimée par « on revoit les mêmes et rien n'a changé », situation qui peut créer parfois un regard négatif sur les bénéficiaires et provoquer certaines tensions.

Les formations animées par ASTRÉE sont **des temps d'échanges qui vous permettent d'exprimer vos ressentis et de tirer profit des expériences de chacun.**

Au cours de ces formations, il s'agit de vous **apporter des outils pour vous permettre de mieux servir dans le respect et le confort de chacun** en échangeant sur trois éléments indispensables lorsque l'on parle d'accompagnement :

- Trouver l'attitude qui aidera l'autre tout en vous protégeant
- Apprendre à utiliser la reformulation pour échanger, pour avancer avec la personne
- Apprendre à reconnaître les émotions sans se laisser envahir par les émotions négatives

Mais pourquoi parler d'accompagnement dans l'aide alimentaire ?

- ENSEMBLE, AIDONS L'HOMME A SE RESTAURER. Le terme restaurer peut renfermer 2 significations. Restaurer par la nourriture mais également par le lien social, par la relation humaine.
- Votre souhait exprimé lors des formations d'instaurer une relation de confiance avec les personnes
- L'accès à l'aide européenne exige l'établissement d'un programme d'accompagnement à la réinsertion

Vous avez donc en tant que bénévoles, **2 rôles primordiaux complémentaires**. Un rôle de **distribution** mais également un rôle de **repérage qui passe par la relation humaine**.

Comment accompagner ? Par l'écoute, la valorisation et l'orientation

➤ L'écoute parce qu'elle redonne du pouvoir à la personne. La souffrance entraîne un déséquilibre qui entrave les capacités de penser, de décider et d'agir. La mobilisation de la personne est donc difficile.

L'écoute, qui nous permet de comprendre et de nous adapter, a pour effet chez la personne en difficulté d'évacuer le trop plein d'émotions et de ce fait de libérer sa pensée et son pouvoir d'action.

☞ *La mobilisation et l'implication de la personne étant les gages d'un accompagnement efficace, l'écoute se révèle donc un puissant moyen d'aide.*

➤ La valorisation parce qu'elle amène les personnes à changer leur regard sur elles-mêmes et leur permet de reprendre confiance. *Il s'agit là de mobiliser des savoir-faire et savoir-être.*

➤ L'orientation parce qu'elle permet à la personne d'avoir accès à l'information et d'être mise en relation avec *d'autres organismes spécialisés qui pourront lui apporter une aide complémentaire en fonction de sa problématique.*

ASSOCIATION ASTRÉE

Association reconnue d'utilité publique, Astrée a pour vocation de restaurer le lien social et rompre l'isolement par l'écoute et l'accompagnement relationnel.

Elle propose des accompagnements individuels d'1h30 par semaine aux personnes fragilisées socialement et/ou personnellement. Ces accompagnements sont gratuits, anonymes et confidentiels et sont pratiqués par des bénévoles formés et encadrés.

Delphine Tessier, déléguée régionale Nord-Ouest

02.28.08.05.82/06.21.49.60.64

rennes@astree.asso.fr

www.astree.asso.fr