

A *actualités* venir en soi

MSA Bourgogne Action sociale site Yonne



Confiance
Groupe
Temps pour soi
Respect
Partage
Valeurs
Avenir En Soi
Ouverture
Projet
Compétences
Forces
Changement
Rencontre





BILAN DE LA DERNIÈRE SESSION

PARTICIPANTS

- ❖ 8 personnes : 7 salariés et 1 exploitant agricole, âgés de 32 à 58 ans.
- ❖ Au moment de l'inscription, tous traversent une période de changement, se questionnent et ont envie de réfléchir à la suite de leur parcours professionnel ou de vie.



DÉROULEMENT

- ❖ L'action s'est déroulée sur 8 journées ½ du 30 novembre 2023 au 6 février 2024 à Auxerre, à la MSA.



TÉMOIGNAGES DE FIN DE SESSION DES PARTICIPANTS

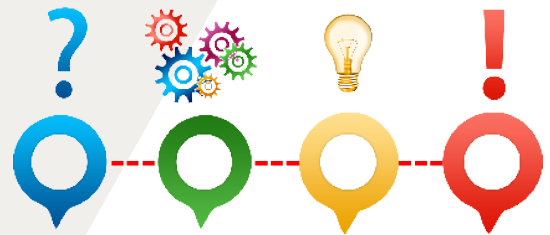
Ce que l'Avenir en soi m'a permis...



- De faire le point sur mes capacités physiques et mentales, de savoir vers quelle direction aller puisque je ne reprendrai plus dans les vignes.
- Du bien-être, d'oublier un peu ma maladie, du lien, ça m'a fait du bien mentalement d'être avec le groupe.
- Me poser et regarder autour de moi, de la confiance.
- Des échanges, des rencontres, d'oser croire et me projeter, d'avoir des outils, d'être encouragée, de sortir de chez moi.
- De rencontrer le groupe, de bénéficier d'un excellent accompagnement, de traverser une période de changement plus sereinement.
- De m'ouvrir aux autres, de partager et de créer des liens.
- La compréhension du groupe, respecter la personne qui parle sans lui couper la parole, rencontres et échanges.
- De remettre en valeur mes forces, mes compétences, mes points forts, faire de nouvelles rencontres.

Ce que je retiens / ce que je vais mettre en pratique...

- Les rires / l'arrêt de la cigarette, trouver un travail adapté à mon handicap qui m'épanouira.
- Les règles du groupe / faire les démarches.
- J'ai des valeurs / ne pas me laisser faire et ne plus me laisser faire.
- On a tous des compétences y compris moi / prendre du temps pour moi.
- Une solidarité, une aide et entraide, un soutien et les gâteaux de M.J. / me renseigner pour un bilan de compétences.
- Ne pas prendre tout au pied de la lettre.
- Des formations possibles avec LADAPT ou Cap Emploi / prendre du temps pour moi.
- L'apport sur les émotions et parfois on a bien rigolé / continuer à développer le lien créé avec B.



FOIRE AUX QUESTIONS

Je souhaite m'inscrire, comment dois je m'y prendre ?

Une à deux sessions ont lieu chaque année. Nous organisons régulièrement des réunions de présentation. Nous pouvons également vous recevoir sur rendez-vous pour repérer avec vous si cette formation peut vous convenir. Contactez nous !

Je suis en arrêt de travail, je peux m'inscrire ?

Oui, nous faisons le lien avec le Médecin Conseil de la MSA pour obtenir son accord.

La formation m'intéresse mais j'habite loin...

Certains participants font parfois beaucoup de route pour rejoindre le lieu de formation (jusqu'à 150 km aller/retour !). L'action sociale de la MSA prend en charge vos frais de déplacement sur la base d'un barème kilométrique.

Je suis exploitant agricole, je suis intéressé mais comment faire avec mon travail ?

Différents dispositifs peuvent vous aider dans le financement d'un remplacement sur les journées de formation. Contactez nous pour étudier ces possibilités !

Vous voulez en savoir plus ?

Nos coordonnées :

► Fabienne MURIS : 06 03 43 63 65

► Bénédicte BAGHUELOU : 06 03 43 63 66

Pour rappel :

Cette action est destinée prioritairement à un public assuré MSA.



santé
famille
retraite
services