



# GESTION DES PRIORITÉS ET DU STRESS LORS D'UNE INTERVENTION À DOMICILE

## OBJECTIFS

- Comprendre et identifier les situations stressantes de l'aide à la personne.
- Prioriser et organiser les tâches lors d'une intervention à domicile.
- Prévenir les situations génératrices de stress.

## CONTENU

- 1- Éléments de définition
  - Notion de stress et de situations stressantes
  - Causes et facteurs du stress dans le métier d'aide à la personne
  - Prévention des risques psychosociaux
- 2- Gestion du stress
  - Planification des interventions et priorisation des tâches
  - Organisation en intervention tout en restant centré sur la personne aidée
  - Focus sur les transports entre chaque usager (piéton, voiture, transports en commun...)
  - Sens du travail et libération du stress
- 3- Prévention du stress
  - Identification des manifestations physiques et psychologiques du stress, chez soi et les autres
  - Connaissance de ses propres limites pour prévenir le stress
  - Mobilisation de ses propres ressources pour apaiser le stress
  - Outils de gestion du stress

## PRÉ-REQUIS

Exercer ou avoir un projet professionnel dans le secteur de l'aide à domicile.

## PUBLICS

Tout public

## VALIDATION

Attestation de fin de formation

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

La progression des acquis est évaluée régulièrement tout au long du parcours d'insertion

## NIVEAU DE SORTIE

Sans équivalence de niveau

## SERVICES VALIDEURS

Le Greta délivre une attestation des acquis

## TARIF

Consulter le GRETA

## DURÉE INDICATIVE

14 heures

## A NOTER

- Pédagogie active et participative, avec retours d'expérience, mises en situation.
- Régulation pédagogique du formateur pour ajuster la formation en fonction des besoins du groupe.

**Contacts**

**GRETA NORD ISERE**

**GRETA NORD ISERE**

Le Transalpin 2

33 avenue d'Italie

38307 BOURGOIN-JALLIEU

Tél : 0474280486

Courriel : gretanisere@gretani.com



Mise à jour le 2 Mars 2026

