



# PROGRAMME des rencontres et formations

proposées par l'office de promotion de la santé et de la prévention  
**de septembre à décembre 2022**

Les détails des lieux pour les formations seront transmis lors de l'inscription ou de l'invitation

Durant le mois de  
septembre

Activité physique

## Septembre, le mois qui bouge !

En automne, on garde la forme ! Au programme : des ateliers de sensibilisation à la mobilité en toute sécurité, des balades commentées pour découvrir autrement les paysages du canton, des cours en lien avec l'utilisation des vélos électriques, des activités au sein des clubs et associations sportifs du canton et plus encore...

Public-cible : Pour tous

Lieux : Dans tout le canton de Neuchâtel

Horaires : Programme détaillé sur : [www.ne.ch/septembrebouge](http://www.ne.ch/septembrebouge)

29 et 30 septembre  
2022

Formation

## Dépistage et prévention du burn-out

Cette formation donnée par Catherine Vasey a pour but d'améliorer la prévention du burn-out et le dépistage précoce et reconnaître les signes d'alerte, mettre en place des moyens de ressource et de protection dans le contexte professionnel.

Intervenante : Catherine Vasey, psychologue - [www.noburnout.ch/contact](http://www.noburnout.ch/contact)

Public-cible : Direction des crèches et structures parascolaires

Lieux : Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds

Horaire : de 8h30 à 12h

20 octobre 2022

Formation

## Les enjeux de la consommation d'alcool chez les seniors dans les soins à domicile et en EMS

Cette demi-journée de formation gratuite s'adresse à tout le personnel des EMS et des soins à domicile, sans distinction de hiérarchie ou de fonction (direction, soins, intendance, cafétéria, animation, etc.). son objectif est de sensibiliser les professionnel.le.s aux contacts des personnes âgées à la problématique de la consommation d'alcool. Effectivement, avec le vieillissement, l'alcool est moins bien toléré par le corps et cela peut entrer en interaction avec d'autres problématiques comme la prise de médicaments.

Public-cible : Personnes travaillant en EMS ou dans les soins à domicile

Lieu : Neuchâtel

Horaire : Sera communiqué lors de l'inscription

7 novembre 2022

Formation

### Tina et Toni Plus

Cette première rencontre qui se déroule en trois séances de coaching et une séance d'ancrage\* vise à fournir des outils aux participant.e.s afin de favoriser les compétences psychosociales (confiance en soi, gestion des émotions, autonomie, etc.) des enfants tout en leur offrant des moments de jeu constructif et de détente.

**Public-cible :** Professionnel.le.s de l'enfance (pré et parascolaire)

**Lieu :** Neuchâtel

**Horaire :** de 9h à 11h

**Remarque :** Les prochaines séances sont agendées au 20 février et 15 mai 2023. La journée d'ancrage quant à elle fera l'objet d'une communication ciblée.

9 novembre 2022

Formation

### Sensibilisation à la prévention de la maltraitance envers les personnes âgées

Cette formation donnée par Anouk Mottier d'alter ego apporte des éléments pour identifier les situations à risque, les analyser, connaître les ressources du réseau et mettre en place des actions adéquates et des mesures de prévention primordiales pour accompagner les seniors vivant à domicile.

**Intervenante :** Anouk Mottier, alter ego - [www.alter-ego.ch](http://www.alter-ego.ch)

Infirmière clinicienne pour l'aide et les soins à domicile

**Public-cible :** Intervenant.e.s dans le cadre des soins à domicile et au domicile des personnes âgées (professionnel.le.s, proches aidant.e.s, bénévoles, assistant.e.s sociaux. ales)

**Lieu :** Neuchâtel

**Horaire :** de 8h à 12h

10 novembre 2022

Formation spécifique

### Youp'là bouge crèche

Cette nouvelle formation, proposée par Youp'là bouge, met un point sur la sécurité en collaboration avec le Bureau de Prévention des Accidents (BPA).

**Public-cible :** Personnel des structures labélisées Youp'là bouge

**Lieu :** Neuchâtel

**Horaire :** Matinée

15 novembre 2022

Atelier

### Comment promouvoir la santé mentale des personnes âgées que j'accompagne ? - Atelier intercantonal 65+ et santé mentale

Cet atelier élaboré par [www.santepsy.ch/fr/](http://www.santepsy.ch/fr/) vise à sensibiliser aux déterminants de la santé mentale et aux ressources des seniors afin de permettre aux professionnel.le.s de mieux identifier leur rôle au sein du réseau. Les signes du vieillissement psychique problématique seront également abordés.

**Public-cible :** Professionnel.le.s non-soignant.e.s oeuvrant auprès des personnes de 65 ans et plus

**Lieu :** Neuchâtel

**Horaire :** de 8h à 12h

17 et 28  
novembre 2022

Atelier

### Bien manger au quotidien : comment choisir son alimentation et ses produits

L'objectif de cet atelier est de sensibiliser les seniors aux enjeux d'une alimentation équilibrée et des achats responsables/avisés.

**Public-cible :** Population en âge de retraite dans le Val-de-Travers

**Lieu :** Fleurier, salle Fleurisia

**Horaire :** de 9h30 à 11h

8 décembre 2022

Colloque



## Colloque cantonal de promotion de la santé et de prévention

Programme disponible prochainement !

**Public-cible :** Professionnel.le.s et organisations partenaires de l'OPSP au sens large

**Lieu :** Neuchâtel, la Maladière, Espace Gilbert Facchinetti

**Horaire :** Horaire à venir

Sur demande

Formation

### A table !

Séances de coaching pour faire des repas avec les enfants, un moment de plaisir partagé et de découvertes gustatives. Recevez des conseils pratiques sur l'alimentation et sur le comportement alimentaire des enfants par une diététicienne.

**Public-cible :** Professionnel.le.s de l'enfance (pré et parascolaire)

**Lieu :** Au sein de votre structure

**Horaire :** Sera défini en fonction de vos disponibilités

Automne 2022

Formation



### Renforcement de la santé psychique des enfants 0 à 4 ans

Cette formation vise à renforcer les compétences des professionnel.le.s de la petite enfance en matière de promotion de la santé psychique des enfants de moins de 4 ans. Quelle posture adopter, quelles actions concrètes mettre en place, comment travailler en réseau ou avec les parents ? Voici quelques exemples de thèmes abordés.

**Public-cible :** Professionnel.le.s des crèches et parascolaires, sages-femmes, infirmières petite enfance.

**Remarque :** Cette formation est complète. En cas d'intérêt, n'hésitez pas à nous contacter pour vous inscrire sur la liste d'attente.

Informations et inscriptions auprès de  
l'office de promotion de la santé et de la prévention :  
[scsp.opsp@ne.ch](mailto:scsp.opsp@ne.ch)