



14, Avenue du Château 44390 SAFFRE
Tel : 02.40.14.59.00
Email : info@civam44.org
N° SIRET : 35263014900032
N° organisme de formation : 52440188744

Bien être et efficacité au travail : autodefense verbale

Date : du 16 Décembre 2021 AU 31mars 2022

Durée : 2 jours (14 heures)

Lieu : A définir dans le 44 (Loire Atlantique)

Horaires : 10h00 – 17h30

Frais pédagogiques pour les 2 jours

Le coût de la formation est pris en charge par le fond de formation VIVEA dans la limite du plafond de 2250 €/an/stagiaire

Attestation de formation permettant une prise en charge par votre organisme paritaire collecteur agréé (OPCA)

Inscription et renseignements

avant le 1^{er} décembre auprès de :

Tiphaine CHABROL

Tel : 06.17.76.36.49

Mail: tiphaine.chabrol@civam44.org

LE CIVAM 44 se réserve le droit d'annuler la formation si un minimum de 8 inscriptions n'est pas atteint

Objectifs de la formation

- Etre capable de déterminer individuellement et de partager avec mon pairs les situations qui me mettent en difficultés
- Être capable de formuler objectivement les difficultés rencontrées pour soi dans le collectif de travail et dans la profession
- Être capable d'exprimer ce que recouvre pour soi le bien-être au travail
- Être capable d'identifier les points de blocages et les leviers pour agir pour moi et pour les autres
- Être capable d'identifier les causes des difficultés rencontrées en termes de bien-être travail. Être capable de les dire.
- Acquérir des outils et méthodes pour mieux communiquer / asseoir sa légitimité / prendre confiance en soi /
- Être capable de formuler des objectifs d'évolution individuels précis et de formuler des axes de travail prioritaires pour le bien-être sur la ferme et dans la profession
- Etre capable de formuler les évolutions mises en places

CONTEXTE

Etre une femme dans le milieu agricole s'est encore souvent être victime de stéréotype et de préjugés. Votre bien être dans vos fermes et dans votre environnement professionnelle agricole est primordiales pour être efficace au travail et aussi important que de bons résultats technico-économiques pour assurer la pérennité de votre exploitation.

Prendre le temps de réfléchir à sa propre situation, d'être accompagnée pour se poser les bonnes questions et entrer dans une démarche de changement sont à la base de cette formation. Il existe un enjeu majeur à encourager et faciliter la confiance en soi et en ses compétences et contribuer à ce que le bien-être des agricultrices devienne un objet de travail au sein des fermes et dans le milieu professionnel

Intervenantes:

Klara Deluze : coach en émancipation par le corps et la parole

Animatrice : Tiphaine Chabrol animatrice du CIVAM44. Animatrice du groupe femmes depuis 8 mois, formée à l'écoute active et initié au théâtre forum. titulaire d'un master dans le gestion de l'environnement et la valorisation des ressources naturelles, formée au technique d'animation au travers d'un BTS animation nature, titulaire d'un BPREA.

Démarche pédagogique

La formation s'appuie sur une alternance entre des séquences ludiques, des séquences de travail collectif et en petits groupes, des temps d'expérimentation, de partages d'expériences et des temps d'analyse de pratiques.

Pré-requis / Public

La formation s'adresse a des femmes agricultrices installées ou non.

Pas de pré-requis

Modalité d'évaluation

- Bilan à chaud en cours de formation pour mesurer la progression des stagiaires
- Questionnaire d'évaluation en fin de formation



Nous veillons à ce que nos formations soient accessibles aux personnes en situation de handicap. Si c'est votre cas, merci de contacter Marie PROVOST (référente handicap) 02 40 14 59 00

Programme détaillé

JOUR 1	<ul style="list-style-type: none">• Explorer différents jeux et outils autour de la posture• Travailler l'ancrage et de la voix• S'entraîner à adopter des attitudes de confiance et d'affirmation, à poser nos limites et à exprimer nos émotions.• <i>Bilan de la journée</i>
JOUR 2	<ul style="list-style-type: none">• Construire des mises en situations adaptées à vos vécus et expériences grâce aux outils du théâtre forum.• Analyser les rapports de force et d'oppressions liés au langage non-verbal,• Modifier les configurations de façons concrètes pour établir des rapports plus favorables, à la fois dans la position où l'on subit soi-même une violence mais aussi en se positionnant comme soutien ou allié.• Les outils du théâtre-forum ont été élaborés pour être accessibles à toutes et à tous, il ne s'agit pas de jouer ni d'interpréter quoi que ce soit, uniquement de créer des situations réalistes afin de nous permettre un travail approfondi et de favoriser des échanges à la fois collectifs et constructifs <p><i>Bilan de la formation , questionnaire de satisfaction et évaluation</i></p>