

# Comment accueillir et transformer nos éco-émotions en moteur pour l'action ?

🌱 Changements climatiques 🌿 Santé-Environnement

Les acteurs éducatifs sont parmi les premiers à être confrontés, quotidiennement, à la réalité de l'urgence écologique. Cela peut générer des émotions difficiles et complexes à gérer et questionner sur sa posture pédagogique. Comment éduquer aux enjeux environnementaux aujourd'hui, en prenant soin des émotions des publics et de soi-même ? Comment développer ses compétences émotionnelles pour mieux accompagner ? Cette formation vise à apprendre à accueillir ses ressentis, à apprivoiser et gérer les émotions dans son contexte professionnel, et à les transformer pour améliorer ses pratiques.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### Objectif principal :

- Développer ses compétences émotionnelles en tant que professionnel·le.

### Objectifs intermédiaires :

- Savoir transformer l'éco-anxiété en moteur pour l'action.
- Penser et vivre le lien entre écologie « extérieure » et écologie « intérieure » de manière interdépendante.
- Se ressourcer, se régénérer auprès de la nature pour redonner du sens à sa mission et améliorer la qualité de vie au travail.
- Découvrir des ressources pédagogiques pour animer des séances auprès de vos publics sur les compétences émotionnelles.

## COMPÉTENCES VISÉES

- Être capable d'adapter sa posture professionnelle au contexte et au public.
- Développer ses compétences sur les compétences émotionnelles.

## PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Cette formation s'adresse à toute personne amenée à mettre en place des actions éducatives. La participation doit être une démarche volontaire. Cette formation demande une implication personnelle et une curiosité vis-à-vis de soi-même.

Il n'y a pas de prérequis pour accéder à cette formation.

Accessibilité :

📅 Mise à jour de cette page : 31/03/2025

🏠 **Type d'évènement**  
Formation

**Date**  
du lundi 13 octobre 2025 au mercredi 15 octobre 2025

👤 **Publics :**  
Professionnels  
Salariés

🔗 **Lien externe**  
[Inscription](#)

Personne contact

Noémie Huby  
[noemie.huby@graine-ara.org](mailto:noemie.huby@graine-ara.org)  
04 82 53 50 12

👤 **Organisateur**

- **GRAINE**  
Auvergne-Rhône-Alpes  
69002 Lyon

La formation est accessible à toute personne en situation de handicap. En cas d'adaptation nécessaire pour le bon déroulement de votre formation, n'hésitez pas à prendre contact avec Noémie Huby, référente Handicap (voir le contact indiqué ci-après).

---

## FORMATEUR·TRICES

- Emmanuelle CHEMINAT, Eco-thérapeute et formatrice.
  - Elisabeth METZGER, Psycho-praticienne et formatrice.
  - Intervenante : Adeline MICHEL, Référente santé-environnement, Promotion Santé ARA
- 

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET PRATIQUES

### Horaires

9h à 17h (avec une pause pour le déjeuner de 12h30 à 13h30).

### Adresse du lieu de la formation

Gîte des Écouges, Route des Écouges, 38470 Saint-Gervais

### Nombre minimum et maximum de stagiaires pour le bon déroulement de la formation

De 8 minimum à 15 maximum.

### Méthodes pédagogiques

La formation se déroulera en présentiel. L'intention est d'utiliser le support de la nature tout au long de la formation, avec de nombreuses expérimentations en forêt. Nous alternerons des temps théoriques (20% du contenu de la formation) pour comprendre les notions abordées, et des temps de mise en pratique et d'expérimentation en groupe et sous-groupe (80%). Nous utiliserons également la pédagogie de projet, et des temps d'échanges de pratiques et de retours d'expériences entre participants.

Une attention particulière sera portée à prendre soin du vécu émotionnel de chacun, et de la qualité des relations qui seront tissées dans le groupe.

### Matériel

Le matériel nécessaire à cette formation est mis à disposition par le GRAINE ARA : vidéoprojecteur, paper-board, feutres, post-it, connexion internet (si besoin). Le stagiaire aura à apporter de quoi écrire (stylos, carnet).

Mise à disposition de ressources pédagogiques avec une fiche ressources envoyée après la formation.

### Évaluation

Des temps de bilans collectifs et individuels seront effectués pendant la formation afin de mesurer les écarts potentiels entre les objectifs de départ et le déroulement effectif de la formation ainsi que la

compréhension et l'appropriation des contenus par les stagiaires. Un carnet de bord d'évaluation sera distribué à chaque stagiaire au démarrage de la formation.

Questionnaire de positionnement en amont de la formation.

## **Repas et hébergement**

Formation en immersion dans un site proche de la nature.

## **Tarifs et inscription**

### **Tarifs pour la formation (coût pédagogique uniquement) :**

- Tarif professionnel : 1200€
- Tarif bénévoles : 300€

Pour les personnes salariées, ces coûts peuvent être pris en charge dans le cadre de la formation professionnelle continue. Les personnes demandeuses d'emploi peuvent également solliciter Pôle Emploi pour une prise en charge. Les personnes ne pouvant pas bénéficier d'une prise en charge par leur employeur ou par Pôle Emploi sont invitées à contacter le GRAINE ARA afin de que nous leur proposons un tarif adapté (demande d'un courrier motivant la demande de tarif adapté qui sera présenté au CA du GRAINE ARA).

## **Coût / Tarif**

- Tarif professionnel : 1200€ - Tarif bénévoles : 300€ Pour les personnes salariées, ces coûts peuvent être pris en charge dans le cadre de la formation professionnelle continue.