

Les concepteurs



L'IREPS ARA, association loi 1901, développe la Promotion de la santé en Auvergne Rhône Alpes afin de contribuer à l'amélioration de la santé des populations, et à la réduction des inégalités sociales de santé.

L'IREPS ARA déploie, entre autres, des projets visant à soutenir le développement des Compétences Psychosociales des individus et des groupes.



Le pôle Education Santé Environnement, coanimé par l'IREPS ARA et le GRAINE ARA, vise à outiller les professionnels pour favoriser la mise en place d'actions locales. Cet outillage peut se faire par des formations, des accompagnements méthodologiques ou la mise à disposition de ressources (thématiques, documentaires ou pédagogiques).



Créée en 2008, l'association « les hommes fourmillent » est membre actif des réseaux FRENE et GRAINE Normandie. En lien avec les enjeux environnementaux, elle encourage, soutient et participe à l'instauration de nouveaux états d'être individuels et/ou collectifs dans les espaces urbains et ruraux, conjuguant apports des sciences humaines et sociales et pratiques d'intelligence collective.

Pour découvrir l'intégralité de ce programme :

Si vous êtes basé en région Auvergne Rhône Alpes contacter l'IREPS ARA de votre département :

www.ireps-ara.org

Partout ailleurs en France, contacter Les hommes fourmillent : leshommesfourmillent@free.fr

©IREPS ARA & Les hommes fourmillent - Visuel Freepick - V1:02.11.23 - Ne pas jeter sur la voie publique

Programme RECOUVRANCE



Programme évolutif de développement des Compétences Psychosociales (CPS).

Il soutient le pouvoir d'agir des publics face à l'adversité des phénomènes climatiques, écologiques, sociaux et/ou sanitaires.



Après avoir expérimenté le kit du GRAINE ARA « Crise écologique, sociale et sanitaire : des séquences d'animation pour accompagner vos publics », les associations IREPS ARA et les hommes fourmillent décident de s'associer pour s'appuyer sur cette matière et élaborer un programme pédagogique complet.

Enjeux

Plus de 80% de la population française est consciente et convaincue de l'urgence d'agir face aux dérèglements climatiques, à la perte de biodiversité et à la dégradation de notre environnement.

Mais beaucoup ne savent pas comment agir.

Ce programme accompagne chaque participant à forger ses propres clés pour comprendre les situations :

- Développer sa flexibilité psychologique,
- Conforter ses capacités d'autodétermination,
- Renforcer son pouvoir d'agir face aux adversités.

C'est ambitieux. Et c'est pour cela que nous avons décidé de proposer un véritable parcours individuel et collectif en plusieurs séances.

5 temps collectifs et 4 temps individuels interséances.

Le chemin pédagogique que nous vous invitons à emprunter est à la croisée de plusieurs champs : l'éducation à l'environnement, la promotion de la santé et la psychologie positive.

A qui s'adresse ce programme ?

Le programme est destiné à toute personne en situation d'accompagner des groupes aux changements face aux enjeux de la transition écologique et sociale : formateurs, éducateurs, agents de collectivités, animateurs, etc ...

Aperçu du contenu du programme

Fiche Repères Postures et prérequis pour accompagner les changements avec des publics adultes

Séance 1 - Affiliation Savoir identifier des informations fiables

Créer la dynamique et la cohésion du groupe. Permettre à chaque participant de se sentir appartenir à un groupe et à une aventure collective. Présenter le programme dans sa globalité et poser le cadre de référence. Quelques animations pour débiter les réflexions sur la recherche d'informations fiables, tout en prenant conscience de l'existence de biais cognitifs.

Pratique individuelle 1 Mon profil de Compétences Emotionnelles

Réalisée à l'issue de la 1ère séance, cette activité permet de faire le point sur ses propres compétences émotionnelles et de porter une réflexion introspective sur celles-ci.

Séance 2 - Partager nos vécus de la crise pour identifier nos capacités d'adaptation et de résilience Mieux comprendre le rôle des émotions dans nos comportements

S'appuyer sur le vécu individuel d'une crise (par exemple la pandémie de COVID 19) pour identifier ce qui nous rend plus résilients et en capacité de nous adapter individuellement et collectivement aux effets du changement climatique.

Pratique individuelle 2 - Analyse des grilles

Identifier plus finement ce qui nous rend individuellement et collectivement plus résilients.

Séance 3 - Se projeter dans un avenir souhaitable Développer notre pouvoir d'agir

Projeter les participants dans un futur souhaitable (économique, politique, social, environnemental), les aider à formuler cet avenir et à définir les changements à opérer pour y parvenir.

Pratique individuelle 3 Le plus petit pas possible

Identifier le plus petit pas possible que chaque participant est en capacité de faire pour contribuer à atteindre cet avenir souhaitable.

Séance 4 - Se repérer dans la complexité Avoir une vision systémique

Donner des clés de compréhension pour penser et évoluer dans un système complexe.

Pratique individuelle 4 Mon (récit d') indignation

Mobiliser l'intelligence narrative de chaque participant pour qu'il formule sous la forme d'un court récit une indignation issue de l'actualité écologique, sociale ou sanitaire.

Séance 5 - Eveiller notre pouvoir d'agir collectif Célébrer le chemin parcouru

Se concerter pour concevoir des actions inventives/créatives à porter dans l'espace public pour initier une mobilisation collective et citoyenne de changement. Cette séance sera également l'occasion de réaliser le bilan de ce programme vécu par les participants.