



CONSTRUIRE L'ESPOIR POUR CRÉER DES FUTURS DÉSIRABLES

DU 2 AU 4 FÉVRIER 2026 (3 JOURS) À LYON (69)

En réponse à la démobilitation et au sentiment d'impuissance, des jeunes et du grand public, face aux enjeux sociaux et environnementaux, cette formation transmet des outils et vise à consolider sa posture, pour insuffler l'espoir d'un présent et d'un futur désirable.

Pour cela, nous explorerons plusieurs approches spécifiques pour permettre à chacun-e de (re)trouver une juste place et son pouvoir d'agir. Parmi ces approches, nous approfondirons la pertinence d'ouvrir la voie pour élaborer des nouveaux récits, ceux qui façonnent nos pensées, nos croyances, nos choix et nos comportements. Nous ouvrirons des espaces de créativité pour partager les imaginaires et pour élaborer des perspectives désirables tangibles.



INFORMATIONS PÉDAGOGIQUES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Objectif principal :

Transmettre des compétences pour accompagner les jeunes et le grand public à transformer leur écoanxiété ou leur déni en pouvoir d'agir.

Objectifs intermédiaires :

- Transmettre les compétences pour faire émerger des nouveaux récits, qui soient mobilisateurs et désirables, au service d'une société qui prend en compte les limites planétaires.
- Permettre aux professionnels de conscientiser et de traverser leur propre rapport aux crises multiples.
- Expérimenter les clés pour favoriser l'expression individuelle et collective des émotions afin de créer des conditions propices à l'émergence de l'envie d'agir.
- Découvrir des séquences d'animation intégrant plusieurs approches : créatives, sensibles, psychocorporelles, réflexives.

COMPÉTENCES VISÉES

- Découvrir les étapes psychologiques, grâce aux éclairages des neurosciences, permettant de passer du sentiment d'impuissance à l'action dans un contexte de crise globale
- Savoir intégrer les différentes dimensions de l'apprentissage dans la construction d'une séquence d'animation

- Intégrer la posture juste permettant d'accompagner au mieux les émotions des jeunes
- Acquérir une compréhension de l'influence des récits sur notre cerveau et nos comportements
- Apprendre à stimuler la créativité
- Acquérir les bases pour transformer la collecte d'imaginaires pour des futurs désirables en pouvoir d'agir par l'intelligence collective

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Cette formation s'adresse aux pédagogues et aux personnes accompagnant des jeunes face aux enjeux écologiques et sociétaux actuels.

Pré-requis : Aucun

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Alternance de temps de mises en pratique et des temps théoriques/d'échanges avec les stagiaires. Un temps important sera donné pour la découverte d'outils inspirés du Travail qui Relie, Process Work, Education Populaire, Art-Phonie, Respirations et Visualisations, Nouveaux Récits, Co-Ecoute etc. Un temps important sera donné pour la découverte d'outils.

FORMATRICES

- **Cécile PETIT**
- **Julie INFANTI**

Facilitatrices depuis 14 ans au service de la Transition Sociale et écologique.



INFORMATIONS PRATIQUES

DATES ET HORAIRES

Du 2 et 4 février 2026 de 9H à 17H
(avec une pause pour le déjeuner de 12H30 à 13H30).

ADRESSE DU LIEU DE LA FORMATION

Maison de l'environnement de la Métropole de Lyon
14 avenue Tony Garnier
69007 Lyon

REPAS ET HÉBERGEMENT

Nous contacter pour des lieux d'hébergements si besoin d'arriver la veille de la formation.

TARIFS

Tarifs pour la formation (coût pédagogique uniquement, hébergement et repas à la charge des participant-es) :

- Tarif professionnel (associations, collectivités, auto-entreprises...) : 400 € par jour
- Tarif individuel : 100 € par jour

INSCRIPTION

Date limite d'inscription : 12/01/2026

Inscription en ligne obligatoire via le formulaire.

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 doit apporter de quoi écrire (stylos, carnet). Une fiche avec des ressources sera envoyée par mail aux stagiaires à l'issue de la formation.

EVALUATION

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.

ACCESSIBILITÉ

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).

> REMPLIR LE FORMULAIRE



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 France Travail pour une prise en charge.

Les personnes ne pouvant pas bénéficier d'une prise en charge par leur employeur ou par France Travail 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).



CONTACTS

RÉFÉRENTE PÉDAGOGIQUE ET HANDICAP

Noémie HUBY

noemie.huby@graine-ara.org

Tél. : 04 82 53 50 12

INSCRIPTION ET SUIVI ADMINISTRATIF

Chloé BAZUS

chloe.bazus@graine-ara.org

Tél. : 09 72 30 04 90



JOUR 1

Matinée

- Présentation du déroulé de la formation et ses objectifs
- Brise-glace et temps d'interconnaissance pour recueillir les représentations des stagiaires.
- Présentation et expérimentations de nos cadres de référence : L'écopsychologie, les intelligences citoyennes, approches psychocorporelles, éducation populaire, approches créatives, travail qui relie, neurodanse...

Après-midi

- Présentation globale et expérimentations de notre cycle d'animation « Construire l'espoir ».
- Retours d'expériences et adaptations aux différents contextes/publics.
- Bilan de la 1ère journée de formation.

JOUR 2

Matinée

- Retours sur les apports de la 1ère journée de formation.
- Les blocages et les leviers neuropsychologiques : Explorations d'outils.

Après-midi

- Apports théoriques : Théorie sur l'influence des récits sur notre cerveau, nos comportements et nos organisations sociales.
- Apports théoriques : L'espèce humaine comme espèce fabulatrice (neuroscience ; biais de négativité et outil d'art phonie).
- Apports théoriques : L'impasse des récits dominants.
- Bilan de la 2ème journée de formation.

JOUR 3

Matinée

- Retours sur les apports de la 2ème journée de formation.
- Apprendre à animer un atelier de création de nouveaux récits : L'atelier directif (fresque des nouveaux récits). L'atelier créatif (rêveries guidées, collages, écriture).

Après-midi

- Intégration et adaptation des séquences d'animations à vos publics pour repartir avec un module à expérimenter.
- Temps d'échanges sur l'ensemble des apports de la formation : Questions / réponses
- Bilan individuel et collectif, évaluation et perspectives pour la suite.