

Programme de formation N° VLEBLANC-2026-02

Intitulé de la formation : INTEGRER LE BIEN ETRE COMME GENERATEUR POSITIF DE CHANGEMENT	Entrepreneur et coordonnées : Virginie LEBLANC - NATURA TELLAE 23 rue du Pont 58140 MARIGNY L'EGLISE
Formation	Informations pratiques
<p>Objectifs pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Identifier les apports « bien-être » de nombreuses activités professionnelles et personnelles ➔ Établir des axes prioritaires pour valoriser la prise en compte du bien-être dans ses actions ➔ Partager ses pratiques en faveur de la transition qu'elle soit personnelle, professionnelle et/ou écologique ➔ Initier une réflexion sur l'intégration du bien-être dans un programme de sensibilisation <p>Compétences visées</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Connaissances de bases sur le bien-être ● Identification des différentes formes de transition ● Valorisation des actions individuelles et collectives (mobilité, logement, alimentation, hygiène, cosmétique...) avec le regard Santé et Environnement ● Partage d'expérience et retour sur les pratiques de chacun ● Mise en application en intégrant les notions « Bien-être et Transition » dans un projet identifié par chaque participant <p>Programme de la formation</p> <p>JOUR 1 Environnement : un mot, plusieurs domaines</p> <p>Module 1 : <u>Le bien-être dans mon quotidien</u></p> <p>Séquence 1 : Qui suis-je ? Pourquoi ce sujet m'intéresse ?</p> <p>Séquence 2 : Bien-être : de quoi parle-t-on ?</p> <p>Séquence 3 : Quels enjeux santé et environnement ?</p> <p>Séquence 4 : Le lieu de vie, un facteur déterminant ?</p> <p>Séquence 5 : Suis-je en transition ?</p> <p>Module 2 : <u>La transition, une notion multidimensionnelle</u></p> <p>Séquence 1 : Comment agir au quotidien?</p> <p>Séquence 2 : Alimentation</p> <p>Séquence 3 : Produits d'hygiène et cosmétiques</p> <p>Séquence 4 : Mobilité douce</p> <p>Séquence 5 : Partage d'expériences</p> <p>Séquence 6 : et Réflexion sur une action à développer ou valoriser</p>	<p>Public visé</p> <p>Travailleurs indépendants animateurs - Éducateurs Travailleurs sociaux Responsables de structure d'accueil et d'hébergement Référents RSE des entreprises Responsables RH</p> <p>Pré-requis</p> <p>Avoir un projet / une idée / une action en cours ou à venir en lien avec la (les) thématique(s)</p> <p>Dates : à définir ensemble <i>ou</i> <i>Prochaine session programmée les 15 et 16 octobre 2026</i></p> <p>Durée : 2 jours consécutifs ou non soit 14h de formation</p> <p>Tarifs : à partir de 1500€ la journée pour un groupe constitué / Frais de déplacements en sus</p> <p><i>ou 210 € par personne (2 jours) pour la formation programmée annuellement par Natura Tellae de 6 à 12 participants</i></p> <p>Accessibilité handicap : Accessible aux personnes en situation de handicap – contactez la formatrice</p> <p>Modalités et délai d'accès</p> <p>Pré-inscription jusqu'à 1 mois avant la date programmée</p>

JOUR 2 Accompagner au changement : des envies , des besoins

Module 3 : La transition, une démarche personnelle avant tout ?

Séquence 1 : Pourquoi parler de cohérence ?

Séquence 2 : De l'écologie à la culture, le changement de comportement à décrypter

Séquence 3 : Comment agir au quotidien ? → Logement

Séquence 4 : Partage d'expériences

Séquence 5 : Développement ou valorisation de l'action choisie en mettant en avant la notion de BIEN-ETRE

Module 4 : Des actions ciblées pour ma structure ou mon projet

Séquence 1 : Mes priorités BIEN-ETRE pour le projet envisagé

Séquence 2 : Des références pour valoriser l'existant dans ma structure / pour mon projet-action

Séquence 3 : Des partenaires à mobiliser

Séquence 4 : Des axes à développer – Conclusion de la formation

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Méthodologie

- Les notions de bien-être et de transition → méthode semi-directive
- Les domaines d'action au quotidien → méthode semi-directive
- Le programme d'action ou de partage d'expérience → méthode active

Supports et ressources apportés par le formateur pour les apprenants :

liste non exhaustive

- Fiches pédagogiques KEZADOM®
- Portail Santé Environnement pour Tous : E-SET
- Guide d'accompagnement au changement GRAINE BFC

Intervenante : Virginie LEBLANC – Natura Tellae

Partenaires extérieurs invités à confirmer selon leurs disponibilités

Emmanuelle CHEMINAT – écothérapeute, Alterre BFC, Pimm's Dijon, PNR Morvan et acteurs locaux en lien avec les thématiques.

Modalités d'évaluation

Évaluation en fin de formation et 3 mois après la formation. *Moyens mobilisés pour mesurer à l'aide de critères objectifs les acquis du bénéficiaire en cours et/ou à la fin de la prestation.*

- ✓ Conditions de déroulement
- ✓ Adaptation de la formation
- ✓ Atteinte des objectifs
- ✓ Engagement des participants
- ✓ Articulation des apprentissages
- ✓ Accompagnement et suivi de la démarche engagée
- ✓ Présentation d'un projet / d'une action au collectif

Questionnaire sur la mise en œuvre d'une action après la formation

Lieu de formation :

- Moulin de Vezelay (89)
si programmation par NATURA TELLAE

Option : Hébergement et repas

- autre lieu de formation si délocalisée à la demande du bénéficiaire

Informations pratiques :

Restauration, hébergement, transport à la charge du participant

Statistiques (en date du //):

Nombre de stagiaires :

Taux de satisfaction :

Règlement intérieur : Disponible sur www.caebourgogne.fr/conseil-et-formation