



TRANSFORMER LES ECO-EMOTIONS EN LEVIER D' ACTIONS

5 ET 6 NOVEMBRE 2026 (2 JOURS) À LYON

La situation écologique génère des émotions complexes qui touchent le cœur de métier des professionnels de l'EEDD. On peut se sentir démuni face à certains publics inquiets, désabusé, aigris ... Savoir accueillir ces émotions et les transformer en levier d'engagement devient un outil incontournable.



INFORMATIONS PÉDAGOGIQUES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Objectif principal :

Comprendre l'utilité des éco-émotions
En faire des leviers et des soutiens pour ses publics
comme pour soi-même

Objectifs intermédiaires :

- Développer ses compétences émotionnelles
- Accueillir et prendre soin des éco-émotions de ses publics
- Mettre en place des outils adaptés en intégrant la nature
- Transformer l'éco-anxiété en levier d'action

COMPÉTENCES VISÉES

- Etre à l'aise avec le fonctionnement et le rôle des émotions
- Poser un cadre de sécurité, exprimer ses émotions et besoins
- Maîtriser des outils pour gérer les émotions
- Mettre en place des pratiques pour se relier à la nature et se ressourcer
- Lever les barrières psychologiques

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Cette formation s'adresse à : Professionnels de l'EEDD, chargés de mission, enseignants, bénévoles associatifs, responsables de structures ...

Pré-requis : Animer des actions de sensibilisation à l'environnement, changement climatique, transition écologique, etc ...

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Alternance entre apports théoriques et expérimentations sur le terrain, échanges de pratiques.

FORMATRICE

- **Emmanuelle CHEMINAT**, Eco-thérapeute et formatrice.



INFORMATIONS PRATIQUES

DATES ET HORAIRES

5 et 6 novembre 2026 de 9h à 17h (avec une pause pour le déjeuner de 12h30 à 13h30).

ADRESSE DU LIEU DE LA FORMATION

Lyon, à définir

REPAS ET HÉBERGEMENT

Nous contacter pour des lieux d'hébergements si besoin.

TARIFS

Tarifs pour la formation (coût pédagogique uniquement) :

- TARIF PROFESSIONNEL (salarié.e) : 450 € par jour
- TARIF AUTO-ENTREPRENEUR : 200 € par jour
- TARIF INDIVIDUEL : 100 € par jour

INSCRIPTION :

Date limite d'inscription : 14/09/2026

Inscription en ligne obligatoire via le formulaire.

> 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).

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.

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. Questionnaire de positionnement en amont 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).



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



PROGRAMME DÉTAILLÉ

JOUR 1:

Ouverture de la formation

- Présentations de l'intervenante et des participants
- Présentation de la formation, objectifs, chemin pédagogique, horaires, etc...
- Co-construction du cadre

La fonction des émotions

Mises en pratiques pour identifier ses émotions

Les spécificités des éco-émotions

Parcours des éco-émotions

Expérimenter un temps dehors en nature, approche sensible

Débrief du jour 1

JOUR 2 :

Energizer, démarrage de la journée

Mise en pratique autour de la notion de gratitude

Atelier de partage autour des éco-émotions

Comprendre le Biais de négativité

Repas.

Les ressources pour transformer les éco-émotions

Susciter le passage à l'action

Mettre en pratique en animation

Clôture et débrief de la formation