

2021

CENTRE DE FORMATION  
SECTEURS DU SOCIAL ET DE L'ÉDUCATIF



Atelier  
d'éducation  
populaire

*fédération familles rurales 34*



## L'édito

Nous avons le plaisir de vous présenter notre programme de formations pour cette année 2021, dispensées au sein de **L'Atelier d'Education Populaire**. Dans ce contexte sanitaire particulier, nous adaptons nos formations avec des groupes réduits et des mesures de protection renforcées, pour maintenir la tenue des formations en présentiel.

Au jour le jour, la **Fédération des Familles Rurales de l'Hérault** s'inscrit dans l'accompagnement des familles et des habitants. Nous développons ainsi de nombreux projets visant à l'entraide, la solidarité et la défense de vos droits pour ensemble, mieux vivre.

**L'Atelier d'Education Populaire** vient conforter les professionnels et les bénévoles dans la réalisation de leurs projets, avec un programme de formation pensé pour répondre aux besoins des secteurs du social et de l'éducatif.

Nous estimons que chacun doit pouvoir se former tout au long de sa vie, peu importe son âge, ses fonctions et son propre parcours. Notre centre de formation vous propose donc de réfléchir ensemble aux pratiques de votre quotidien, allant de l'activité à la vie collective au travail. Pour cela, nous nous attachons à ce que chacun puisse être acteur de sa formation et se sentir libre de prendre des initiatives et ses responsabilités.

Toute notre équipe se tient à votre disposition pour vous accompagner dans vos projets.

**L'équipe de la Fédération Familles Rurales 34**

## Modalités d'inscription

### Une formation vous intéresse ?

Inscrivez-vous en ligne : [Formulaire d'inscription formation](#)

Ou contactez-nous au 04 67 79 35 93 et [formation.herault@famillesrurales.org](mailto:formation.herault@famillesrurales.org)

Une fois votre inscription réalisée, et dans le cas d'une prise en charge, nos services transmettront une convention de formation qui devra être signée par vous et votre employeur, puis nous être retournée.

Une convocation est envoyée, environ 2 semaines avant la formation, vous rappelant la date et le lieu de formation.

Une attestation de formation et facture sont transmises à l'issue de la formation à vous ou à votre employeur en cas de prise en charge.



## Déroulement des formations

Toutes nos formations sont dispensées dans nos locaux ou à proximité.

Les locaux de la Fédération des Familles Rurales de l'Hérault sont situés au :

**455 rue de l'Industrie – Parc Mure n°6 – 34070 Montpellier**

A proximité de transports en commun :

- Bus ligne 11 : arrêts Mas d'Argelliers ou Rue de l'Industrie
- Tram ligne 4 : arrêt Restanque,

Et de commerces / services de restauration rapide pour le déjeuner.

Nous avons également une cuisine sur place, équipée, permettant de conserver et réchauffer les repas préparés « à la maison ».

# SOMMAIRE



## PETITE ENFANCE

Accueillir les tout petits

- Les gestes et postures adaptés à la petite enfance 7
- La communication gestuelle associée à la parole 8
- Les premiers secours adaptés à l'enfant 9
- L'alimentation adaptée aux 0 - 3 ans 10
- L'activité libre 11
- Le jeu et le développement de l'enfant de moins de 3 ans 12
- Eveil au yoga pour les jeunes enfants 13
- Remédier aux douces violences 14
- Menus et réglementations nutritionnelles 15
- Le livre et le tout-petit 16



## VIE COLLECTIVE AU TRAVAIL

Développer ses compétences

- Améliorer son bien-être au travail 18
- La communication bienveillante (niveau 1) 19
- La respiration : soutien de notre disponibilité corporelle et posturale 20
- Sauveteur secouriste du travail 21
- Habilitation électrique 22
- La communication bienveillante (niveau 2) 23
- Savoir gérer son stress dans les situations professionnelles 24



## JEUNESSE

Encourager les initiatives

- Calendrier BAFA et BAFD 26



# PETITE ENFANCE

Accueillir les tout petits



**NOS FORMATIONS**

**PETITE ENFANCE**

Les formations « petite enfance » s'adressent aux personnels d'établissements d'Accueil du Jeune Enfant, d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnes exerçant en milieu scolaire et toutes personnes travaillant avec des enfants.

Elles viennent compléter les compétences éducatives acquises dans les formations initiales afin d'élargir la palette des savoir-faire et s'interroger sur les pratiques quotidiennes.

Espaces d'échanges et de partage, les formations sont l'occasion pour chaque participant de confronter ses points de vue et ses pratiques.

Aucun prérequis n'est attendu pour participer à ces formations.

# LES GESTES ET POSTURES ADAPTES A LA PETITE ENFANCE



*Repérer les activités à risques  
facilite l'amélioration de sa gestuelle  
et de ses postures.*

*Cette formation vise à transmettre  
les règles de sécurité et les clés  
d'amélioration pour une économie  
d'effort dans l'environnement d'une  
crèche.*

*Fini le mal de dos !*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenant

Formateur agréé, SST PRO

## Objectifs pédagogiques

- Détecter les attitudes, activités et postures à risques liées à son travail
- Connaître les règles de fonctionnement du corps humain et les principes de l'économie d'effort
- Améliorer sa gestuelle et ses postures pour protéger son dos

## Méthodes

- Apports théoriques
- Exercices physiques pratiques
- Echanges dynamiques sur les changements d'habitude

## Contenus

- Prévention des maladies professionnelles
- Activité physique et situation de travail
- Bases anatomiques et physiologiques, traumatismes et dommages
- Démarche de prévention gestes et postures : définition et description, propositions d'actions préventives, plan d'action, manutention occasionnelle

**1<sup>er</sup> mars 2021 ou 5 octobre 2021**  
(Choisir votre date)



**1 jour**



**250 €**



**« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier**

# LA COMMUNICATION GESTUELLE ASSOCIEE A LA PAROLE



*Les enfants ont des choses à nous dire avant de pouvoir nous parler ! Ils communiquent déjà avec des signes. Ils pointent du doigt, disent au revoir, font des bisous, les marionnettes, bravo. Cette formation est un apprentissage des signes, outil ludique et efficace pour communiquer chaque jour à la crèche.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Magali Marcot, formatrice Bébé fais-moi signe, « Des signes et C gagné »

## Objectifs pédagogiques

- Découvrir le concept de la communication gestuelle
- Apprendre des signes en lien avec la vie à la crèche
- Se familiariser avec leur utilisation

## Méthodes

- Apports théoriques
- Exercices pratiques : jeux, chansons, histoires
- Echanges d'expériences

## Contenus

- Concept et historique
- Les signes au quotidien : « Accueil, séparation, retrouvailles », « Les soins corporels et la sieste », « A table !!! », « Les émotions et les sentiments »
- Les signes ludiques : personnes et animaux, activités et environnement
- Réflexion et création de supports de transmission
- Les signes et les parents

**31 mars 2021 et 14 avril (après-midi) 2021**



**1 jour et demi**



**350 €**



**« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier**



# LES PREMIERS SECOURS ADAPTES A L'ENFANT ET AU NOURRISSON



*Connaître les gestes de premiers secours favorise la prévention des risques d'accident du jeune enfant. Cela permet aussi de mieux protéger l'enfant en cas d'accident.*

*A travers des mises en situation, cette formation apporte les éléments indispensables pour appréhender les situations d'urgence et se rassurer dans sa capacité à y faire face.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenant

Formateur agréé, SST PRO

## Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les risques spécifiques du travail avec les enfants
- Être capable d'exécuter les gestes de premiers secours
- Prévenir les risques d'accident

## Méthodes

- Mises en situation et études de cas
- Exposés

## Contenus

- Réglementation spécifique appliquée en crèche, en milieu scolaire et en accueil de loisirs
- Principes de base de la prévention ; rôle de l'agent dans la surveillance active
- Alerte : qui ? quand ? comment ? procédures internes, rassurer, accompagner et informer les parents
- Examens et secours : fonctions vitales, anomalies, gestes de secours, protection de la victime et des témoins

**1<sup>er</sup> avril 2021 ou 14 septembre 2021**  
(Choisir votre date)



**1 jour**



**250 €**



**« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier**

# L'ALIMENTATION ADAPTEE AUX 0-3 ANS



*Les repas en crèche sont des temps privilégiés pour développer le plaisir, la découverte des sens, la découverte d'aliments variés, l'ambiance, la notion de propreté.*

*Ce module de formation propose de faire le lien entre les besoins des 0-3 ans et les conditions de réussite de ces temps de repas.*

## Public

Personnel de cuisine, personnel de service auprès de jeunes enfants, animateur du temps de repas, et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Olivia Béziat, Diététicienne nutritionniste spécialisée en nutrition de l'enfant

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre les besoins nutritionnels et psycho-affectifs de l'enfant de 0 à 3 ans
- Décoder ce qui se joue pendant le temps du repas pour adapter sa posture d'encadrant
- Rendre le temps méridien plus ludique et attractif

## Méthodes

- Apports théoriques fondés sur le « funny learning » (séquences brèves favorisant apprentissage et mémorisation)
- Exercices pratiques
- Echanges d'expériences

## Contenus

- Bases de l'équilibre alimentaire
- Développement physiologique et psycho-affectif, déterminants de l'acte alimentaire, capacité digestive, besoins nutritionnels de l'enfant
- Elaboration d'un menu de crèche
- Les régimes spécifiques, les allergies
- Les conditions de la réussite du repas
- La néophobie alimentaire

8 avril 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# L'ACTIVITE LIBRE



*L'activité de l'enfant ne doit pas forcément toujours être dirigée par un adulte !*

*L'objectif de cette formation est de comprendre l'intérêt de l'activité libre dans le développement de l'enfant et de mettre en place un aménagement spécifique et adapté favorisant le jeu libre de l'enfant.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, formateurs BAFA et BAFD et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Anabelle Clavier, éducatrice de jeunes enfants, « Graines de parentillages »

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'intérêt de l'activité libre dans le développement de l'enfant
- Favoriser le jeu libre de l'enfant
- Aménager l'espace et le matériel
- Utiliser l'observation comme point d'appui aux propositions faites à l'enfant

## Méthodes

- Apports théoriques
- Mise en situation
- Echanges d'expériences

## Contenus

- Définition de l'activité libre (le jeu, pourquoi l'enfant joue? Intérêts de l'activité libre, comment laisser de la liberté?)
- Conditions de réussite (matériel, temps, positionnement de l'adulte)
- Aménagement de l'espace (sécurisation, zones de jeu, l'extérieur, l'observation...)

4 mai 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# LE JEU ET LE DEVELOPPEMENT DE L'ENFANT DE MOINS DE 3 ANS



*Les besoins de manipulation d'objets, d'exploration de textures, d'expériences sensorielles et motrices des jeunes enfants sont multiples et importants pour leur éveil. Jouer librement permet à l'enfant de développer sa confiance en lui, son autonomie et sa pensée créative.*

*Savoir adapter les propositions de jeux selon l'âge et les compétences de l'enfant, c'est lui offrir un cadre d'accueil épanouissant et favorable à son développement*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

La Compagnie des jeux. Geneviève Millet, Educatrice de jeunes enfants, responsable.

## Objectifs pédagogiques

- Identifier les bénéfices du jeu sur le développement de l'enfant : quels jeux pour quel âge ?
- Valoriser le jeu libre
- Concevoir et aménager des espaces de jeux favorisant l'autonomie de l'enfant, permettant l'exploration
- Réfléchir au positionnement de l'adulte dans le jeu de l'enfant

## Méthodes

- Analyse des pratiques professionnelles des participants
- Travail en petits groupes, mise en situation, échanges et analyses de pratiques, apports d'expériences

## Contenus

- Place et rôle du jeu dans le développement affectif, intellectuel et social de l'enfant
- Place du jeu dans nos structures, place du professionnel : rôle, statut, posture, aménagement des espaces
- Découverte et explorations de jeux et jouets, de matériel adapté.
- Lien entre jeu et parentalité

6 et 27 mai 2021



2 jours



450 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# EVEIL AU YOGA POUR LES JEUNES ENFANTS



*Proposer à l'enfant un cadre calme lui permet d'explorer ses mouvements ; Ce qui facilite la découverte de ses sensations et de ses capacités.*

*A partir de pratiques relatives à celle du yoga, cette formation donne les clés pour mettre en place des activités d'éveil par le jeu et le plaisir.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Agnès Vinel, Somato-praticienne

## Objectifs pédagogiques

- Identifier les bases du développement moteur et cognitif de l'enfant
- Sensibiliser à la pratique du Yoga
- Elaborer et explorer un enchaînement de postures adaptées au jeune enfant

## Méthodes

- Apports théoriques et visuels
- Pratique du yoga - Documents fournis à chaque participant regroupant les postures vues et utilisables par chacun

## Contenus

- Analyse du développement moteur et cognitif de l'enfant
- Accompagnement à la prise de conscience du corps, par différentes approches (toucher, imitation, répétition, jeu...)
- Propositions de postures de yoga
- Exploration des enchaînements à partir du jeu, de l'imaginaire et du mimétisme

3 juin 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# REMEDIER AUX DOUCES VIOLENCES EN CHEMIN VERS LA BIEN-TRAITANCE



*« Bien-traitance », ce concept interpelle dans nos attitudes, comportements, présence à l'enfant. Ne pas faire à l'enfant accueilli ce que l'on n'aimerait pas subir.*

*Notre manière d'être influence l'enfant, la responsabilité des adultes est donc importante. Cette formation vise à observer et analyser nos pratiques afin de trouver les réponses permettant d'aller vers la bien-traitance.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Anabelle Clavier, éducatrice de jeunes enfants, « Graines de parentillages »

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre ce que sont les douces violences
- Les repérer dans les situations professionnelles quotidiennes
- Analyser les causes et les impacts sur le bien-être des enfants
- Avoir des outils professionnels pour remédier aux douces violences

## Méthodes

- Apports théoriques
- Allers-retours permanents entre théorie, pratique et réalités de terrain
- Mises en situation

## Contenus

- Définition douces violences, respect, bienveillance, bien-traitance
- Besoins fondamentaux des jeunes enfants
- Etudes de situation
- Outils incontournables (CNV, observation, « bon sens », aménagement de l'espace)
- Rédaction d'une charte de non-violence

30 septembre 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# MENUS ET REGLEMENTATIONS NUTRITIONNELLES



*Pour une restauration responsable !*

*Préparer des repas pour des enfants doit concilier plaisir, respect des besoins liés aux différents âges et sécurité alimentaire.*

*Cette formation doit permettre de comprendre pour mieux appliquer les règles nutritionnelles et d'hygiène dans le cadre de préparation de repas pour l'accueil collectif d'enfants.*

## Public

Personnel de cuisine, personnel de service auprès de jeunes enfants, formateurs BAFA et BAFD, animateurs et directeurs d'accueil collectif de mineurs

## Intervenante

Olivia Béziat, Diététicienne nutritionniste spécialisée en nutrition de l'enfant

## Objectifs pédagogiques

- Actualiser ses connaissances sur l'alimentation de l'enfant
- Comprendre et s'approprier les textes réglementaires en vigueur
- Respecter les grammages préconisés et les dispositions relatives au pain, condiments d'assaisonnement
- Mettre en place des protocoles pour maîtriser l'hygiène des préparations

## Méthodes

- Apports théoriques fondés sur le « funny learning » (séquences brèves favorisant apprentissage et mémorisation)
- Exercices pratiques
- Echanges d'expériences

## Contenus

- Bases de l'équilibre alimentaire
- Elaboration d'un menu en structure d'accueil et selon un plan alimentaire
- Les conditions de réussite du repas
- Les principaux régimes spécifiques
- Allergies et intolérances
- Mise en place du P.A.I. et protocoles
- Communiquer avec les familles
- Concevoir un menu pique-nique

14 octobre 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# LE LIVRE ET LE TOUT PETIT



*Le livre fait lien et ouvre l'imaginaire. Il donne accès au langage, à la construction du sens critique, au développement de la pensée.*

*Cette formation offre de nombreux espaces de rencontre avec le livre et explore son rôle fondateur dans l'épanouissement des enfants.*

## Public

Personnel d'établissement d'Accueil du Jeune Enfant, personnel d'Accueil de loisirs, assistantes maternelles, personnel exerçant en milieu scolaire et toute personne travaillant avec des enfants

## Intervenante

Sylvie Auzias, Educatrice de jeunes enfants

## Objectifs pédagogiques

- Découvrir la littérature jeunesse
- Développer ses techniques de récit
- Inscrire les temps de récit dans sa pratique

## Méthodes

- Temps de récit
- Apports théoriques et d'expériences
- Mise à disposition d'albums jeunesse et d'ouvrages professionnels
- Retour sur expériences

## Contenus

- Les techniques de récit / temps de récit
- Les prémices du langage : développement de l'ouïe, mise en place du langage chez le tout-petit
- Le livre et le développement de l'enfant
- Le livre dans votre structure

19 octobre et 9 novembre 2021



2 jours



450 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier





## VIE COLLECTIVE AU TRAVAIL

Développer ses compétences



NOS FORMATIONS

VIE COLLECTIVE AU TRAVAIL

Les formations ***vie collective au travail*** s'adressent à tous les salariés et aux bénévoles impliqués dans la vie de la fédération des Familles Rurales de l'Hérault.

Les métiers de la petite enfance, de l'enfance, de la jeunesse et du social nécessitent des aptitudes particulières à travailler au sein d'équipes pluridisciplinaires.

Ces formations visent à donner des axes de progrès pour un cadre sécurisant au travail. Cela vise notamment à améliorer le quotidien de chacun dans son rôle et ses fonctions au sein de son emploi.

# AMELIORER SON BIEN-ETRE AU TRAVAIL



*Nous passons souvent beaucoup de temps au travail sans toujours nous épanouir. Nous avons tous la volonté de tendre vers plus de bien-être et de nous épanouir au quotidien dans ce que nous faisons. Les solutions à notre disposition sont nombreuses mais nous ne les connaissons pas forcément et/ou pensons qu'elles ne sont pas à notre portée...*

## Public

Ouvert à tous, salarié ou bénévole

## Intervenante

Florence Cuvillier, formatrice en développement personnel

## Objectifs pédagogiques

- Découvrir des outils et des solutions pour développer un état d'esprit positif et vivre une vie professionnelle apaisée et plus épanouissante.

## Méthodes

- Apports de connaissances théoriques
- Exercices pratiques : mises en situation, échanges en binômes

## Contenus

- Les freins du bien-être au travail
- Les clés pour cultiver un état d'esprit positif au quotidien
- Prendre soin de soi – les fondamentaux
- Les 5 leviers essentiels pour être plus épanoui dans son quotidien professionnel
- Les 12 dimensions du bien-être au travail par la Fabrique Spinoza

4 mars 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

## NIVEAU 1



*A la maison, à la crèche, à l'école, au travail, tous les jours nous communiquons avec notre entourage et pourtant nous n'avons jamais appris à le faire.*

*Cette formation vise à développer les potentiels en communication et à faciliter les interactions des uns avec les autres*

### Public

Ouvert à tous, salarié ou bénévole

### Intervenante

Nathalie Frenay, Art-thérapeute,  
Association « Soi-m'@ime »

### Objectifs pédagogiques

- Acquérir des outils en communication bienveillante pour transformer les pratiques
- Pouvoir gérer les conflits de manière constructive
- Développer des habiletés relationnelles

### Méthodes

- Issues de la communication non-violente et de Génération médiateur
- Apports théoriques, mises en pratique, échanges

### Contenus

- La clef d'accès à une communication positive
- L'expression personnelle naturelle : savoir qualifier ce qui est vécu, la parole à partir du « Je », identifier ses besoins, clarifier son message, savoir dire non, adapter son langage suivant les âges.
- La compréhension de l'autre : La communication chez l'enfant et chez l'adulte, l'écoute active, l'empathie, différencier règles/cadre et communication personnelle, poser un cadre sécurisant en équipe

17 mars et 7 avril 2021



2 jours



450 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# LA RESPIRATION

## SOUTIEN DE NOTRE DISPONIBILITE CORPORELLE ET POSTURALE



*La respiration nous soutient dans chacun de nos moments et de nos actes. Elle est un système complexe engageant la globalité du corps.*

*Cette formation a pour but de reprendre les fondamentaux de ce processus anatomique afin de réaliser les enjeux tant au niveau physiologique qu'émotionnel ou encore psychologique.*

### Public

Ouvert à tous, salarié ou bénévole

### Intervenante

Agnès Vinel, Somato-praticienne

### Objectifs pédagogiques

- Se familiariser avec les fondements du système respiratoire, son processus anatomique et ses enjeux corporels
- Développer sa conscience respiratoire au service de son confort corporel et de ses postures professionnelles
- Acquérir des exercices respiratoires simples et ressources

### Méthodes

- Apport de connaissances théoriques
- Exercices pratiques de respiration liés à la pratique du yoga et du pranayama

### Contenus

- Temps d'exploration et d'observation par une approche théorique du système respiratoire : travail individuel ou en soutien par le toucher à deux
- Exploration de la respiration, de sa mobilité, de son engagement en lien avec la mobilité corporelle
- Mise en pratique à partir d'exercices permettant d'explorer le mouvement, la profondeur, le tonus respiratoire
- Mise en parallèle avec le quotidien postural

18 mars 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL



*Le sauveteur secouriste du travail (SST) est un salarié de l'entreprise.*

*Son rôle est de porter les premiers secours à toute victime d'un accident du travail ou d'un malaise, mais aussi d'être acteur de la prévention dans son entreprise.*

Délivrance  
d'un certificat  
valable 24  
mois

## Public

Ouvert à tous, salarié ou bénévole

## Intervenant

Formateur agréé  
SST Pro

## Objectifs pédagogiques

- Maîtriser et prévenir les risques spécifiques de l'entreprise
- Maîtriser les procédures et protocoles interne en cas d'urgence
- Être capable d'exécuter les gestes de premiers secours

## Méthodes

- Mise à disposition de matériel
- Mise en situation

## Suivi et évaluation

- Critères d'évaluation définis par l'INRS
- Evaluation continue
- Recyclage : 7 heures min. obligatoire tous les deux ans

## Contenus

- Le rôle du Sauveteur secouriste du travail
- La prévention
- La protection, l'examen de la victime
- L'alerte, porter secours

23 et 24 mars 2021



2 jours



450 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# HABILITATION ELECTRIQUE

## NON ELECTRICIEN HOB0



*Cette formation est destinée au personnel non électricien pouvant être amené à effectuer des opérations d'ordre non-électrique à proximité d'installations électriques sous tension.*

Délivrance  
d'un certificat  
valable 36  
mois

### Public

Personnel appelé à réaliser des opérations d'ordre non électrique dans des zones où existent des risques électriques

### Intervenant

Formateur agréé  
SST Pro

### Objectifs pédagogiques

- Acquérir une connaissance de la réglementation en matière d'instructions, des consignes de sécurité électrique et des risques présentés par le courant électrique.
- Adapter les connaissances acquises aux travaux non électriques pour travailler dans les zones d'environnement électrique

### Méthodes

- Exposés théoriques
- Etudes de cas pratiques
- Travaux en groupes

### Contenus

- Notions élémentaires d'électricité
- Nouveaux décrets 2010-1016 / 1017 / 1018/1118
- Premiers secours et protection incendie sur les installations et équipements électriques
- Contrôle des connaissances théoriques et pratiques suivant NFC18-510

12 mai 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

## NIVEAU 2



*A l'attention des personnes ayant déjà fait une initiation de base de deux jours en communication bienveillante.*

*Cette journée est la suite du processus et le complète par un approfondissement de la pratique.*

*Comme vous avez peut-être pu le constater, le principe est simple mais pas évident à inscrire dans le temps.*

### Public

Ouvert à tous, salarié et bénévole ayant fait la formation « La communication bienveillante » de niveau 1

### Intervenante

Nathalie Frenay, Art-thérapeute, Association « Soi-m'@ime »

### Objectifs pédagogiques

- Se rappeler du processus de communication bienveillante dans son ensemble
- Se familiariser avec la pratique pour l'intégrer de manière plus naturelle
- Approfondir ce qu'est l'écoute active et l'empathie

### Méthodes

- Mises en pratique
- Echanges

### Contenus

- Rappel du processus dans son ensemble
- Partage des expériences vécues
- Analyse de situations problématiques

**Approfondissement Niveau 1**

7 juillet 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier

# SAVOIR GERER SON STRESS DANS LES SITUATIONS PROFESSIONNELLES



*Le rythme de notre société, l'environnement économique, le travail sont générateurs de stress. Parfois le stress est un moteur positif ; mais bien souvent, il est délétère pour la santé, la vie sociale, l'engagement professionnel.*

*Cette formation apportera les clés de lecture pour mieux se saisir de ce que peut représenter le bien-être et traverser au mieux les différentes situations.*

## Public

Ouvert à tous, salarié ou bénévole

## Intervenante

Florence Cuvillier, formatrice en développement personnel

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre et détecter les situations de stress
- S'approprier des outils et techniques pour y faire face et les appliquer dans le quotidien professionnel

## Méthodes

- Apports théoriques
- Mises en pratique collective et autonome
- Echanges en binôme

## Contenus

- Le stress : origine, définition, symptômes et signaux d'alerte
- Repérer et maîtriser ses réactions (physiques et physiologiques, les émotions...)
- Valoriser ses ressources et développer sa résistance face au stress (relation physique et mentale, lâcher prise, hygiène physique et mentale)

7 septembre 2021



1 jour



250 €



« Atelier d'Education Populaire » / Montpellier





**JEUNESSE**  
Encourager les initiatives

**NOS FORMATIONS**

**JEUNESSE - BAFA / BAFD**

Les formations *jeunesse* s'adressent à tous les personnels encadrant ces publics, et aux jeunes qui s'engagent dans l'animation volontaire via le BAFA et le BAFD.

La jeunesse fait partie intégrante du projet de Familles Rurales. Concourir à l'éducation des enfants et des adolescents passe par l'accompagnement des envies et des besoins, en suscitant la prise de responsabilité et d'initiatives

Nos formations **BAFA ET BAFD** préparent les stagiaires à encadrer et à diriger tout type d'Accueil Collectif de Mineurs, à titre non professionnel et de façon occasionnelle.

Nos sessions encouragent les petits groupes, la prise d'autonomie et de responsabilités. Nos stages sont organisés en gestion directe, ce qui implique la participation de tous à la vie collective

Nous favorisons un cadre propice à l'expérimentation de la vie en société.

Partager la vie de groupe, prendre des initiatives, trouver sa place et confronter ses idées sont des axes prioritaires pour notre Fédération.

## CALENDRIER BAFA ET BAFD 2021

<b>BAFA FORMATION GENERALE</b> <b>410 € DP</b> (Demi-pension) <b>500 € PC</b> (Pension complète)			
Du 13 au 20 février		DP / PC	Montpellier
Du 17 au 24 avril		DP / PC	Montpellier
Du 24 avril au 1er mai		DP / PC	St Pons de Thomières
Du 26 juin au 3 juillet		DP / PC	Montpellier
Du 21 au 28 août		DP / PC	Montpellier
Du 16 au 23 octobre		DP / PC	Montpellier
<b>BAFA APPROFONDISSEMENT</b> <b>360 € DP</b> (Demi-pension) <b>420 € PC</b> (Pension complète)			
Du 22 au février	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Créer, animer et jouer</li> <li>• Petite enfance</li> </ul>	DP	Montpellier
Du 24 au 29 avril	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Surveillant de baignade</li> <li>• Grands jeux</li> </ul>	DP / PC PC	Montpellier / Lattes
Du 26 juin au 1 <sup>er</sup> juillet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activités en bord de mer</li> <li>• Environnement en ACM</li> </ul>	DP / PC	Montpellier
Du 26 au 31 juillet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activités en bord de mer</li> <li>• Itinérance et séjours</li> </ul>	DP / PC	Montpellier
Du 21 au 26 août	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Petite enfance</li> <li>• Itinérance et séjours</li> </ul>	DP PC	Montpellier
Du 25 au 30 octobre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grands jeux extérieurs</li> <li>• Petite enfance</li> </ul>	DP / PC	St Pons de Thomières
<b>BAFD FORMATION GENERALE</b> <b>510 € DP</b> (Demi-pension) <b>580 € PC</b> (Pension complète)			
Du 17 au 25 mai		DP/PC	Montpellier
Du 20 au 20 septembre		DP/PC	Montpellier
Du 20 au 28 janvier 2022		DP/PC	Montpellier
<b>BAFD PERFECTIONNEMENT</b> <b>400 € DP</b> (Demi-pension) <b>460 € PC</b> (Pension complète)			
Du 08 au 13 mars		DP/PC	Montpellier
Du 07 au 12 juin		DP/PC	Montpellier
Du 22 au 27 novembre		DP/PC	Montpellier

Informations et inscriptions sur :  
<https://www.ma-formation-bafa.fr/>

## Un Point de Médiation Numérique

- accès libre à de l'équipement informatique,
- du soutien individualisé aux démarches en ligne,
- des ateliers collectifs d'information

## Un Point Conseil Budget pour vous accompagner à :

- résoudre des difficultés budgétaires
- constituer une demande de micro-crédit
- accéder à vos droits (démarches administratives, défense du consommateur, etc.)



**Un centre de tourisme - Campotel du Jaur** pour des vacances en pleine nature, dans l'arrière-pays Héraultais à Saint-Pons de Thomières

<http://www.vacancesloisirs34.org>

## Une expertise reconnue dans la petite enfance

Gestion de 8 crèches, situées à Montpellier, Fabrègues, Pignan et Saint-Pargoire

## Un réseau de 15 associations locales

affiliées dans l'Hérault, en Lozère et dans le Gard au service de l'amélioration du bien-être des familles

**Nos locaux sont ouverts**

**Lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30**

**Accès libre ou sur Rendez-vous**

## Un Mouvement

### au service des familles

Familles Rurales est le premier Mouvement familial de France. Composé de 2 500 associations locales, il regroupe 170 000 familles adhérentes. 40 000 bénévoles et 20 000 salariés animent le réseau. Le Mouvement ne relève d'aucune obédience politique, syndicale, professionnelle ou confessionnelle.

Depuis plus de 70 ans, le Mouvement remplit différentes missions :

- Répondre aux besoins des familles
- Défendre leurs intérêts
- Accompagner les parents dans leur mission d'éducation
- Participer à l'animation des territoires ruraux

## POLES D'ACTIVITES DE LA FEDERATION DE L'HERAULT

- Petite enfance
- Enfance-Jeunesse
- Prévention santé
- Micro-crédit
- Vie familiale, économique et sociale
- Formations
- Accompagnement des associations
- Tourisme social

### NOS VALEURS

Entraide & solidarité  
Initiative & responsabilité  
Participation & citoyenneté  
Convivialité & échange



Nos formations répondent aux 21 indicateurs des 6 critères du Décret Qualité du 30 juin 2015 et sont référencées par l'ensemble des organismes paritaires collecteurs agréés pour la formation professionnelle.



**Fédération départementale**  
455 rue de l'Industrie - Parc Mure n°6  
34070 Montpellier  
Tél. : 04 67 79 35 93  
Fax : 04 67 66 67 55  
fd.herault@famillesrurales.org  
<https://www.famillesrurales.org/herault>

Association loi 1901, agréée et habilitée pour son action :

- |                |            |                     |
|----------------|------------|---------------------|
| - Famille      | - Jeunesse | - Vie associative15 |
| - Consommation | - Loisirs  | - Formation         |
| - Éducation    | - Tourisme | - Santé             |

Membre de Familles Rurales, fédération nationale, reconnue d'utilité publique.