

Formation n°10 SIRENA

Sur les chemins de la Robustesse : Apprendre de l'océan

Objectifs

- Développer la capacité collective et individuelle en matière de robustesse
- Pratiquer les principes de la robustesse
- Enquêter et expérimenter des principes du vivant océanique
- Pratiquer et tester les fluctuations
- Créer les conditions d'un cheminement d'une communauté apprenante

Public concerné

Personne voulant avancer sur le chemin de la robustesse

Individuel ou collectif

A titre personnel ou professionnel

Entreprise, Collectivité territoriale, Association, organisation ...

Modalités d'évaluation

Évaluation continue

Sous forme de temps de mise en expérimentation

Moyens pédagogiques

Support de connaissance et d'expérimentation (wiki larobustesse.org)

Outils d'intelligence collaborative (mise en mouvement, atelier, jeu de cartes...)

Outils d'expérimentation (observation, enquêtes, art thérapie, balade terrain...)

Durée

21 heures soit 3 journées de 7 heures découpées comme suit :

Période 1 : A distance Webinaire à distance sur les principes de la robustesse

Période 2 : Présentielle sur le terrain sur des sites du Bassin Arcachon

Période 3 : A distance Partage et retour expérience

Points forts

Forts partages, formation en plein air

Retour d'expérience de la communauté La Robustesse.org éprouvés

Diversité des profils des formateurs

Délais

Durée entre la demande du bénéficiaire et le début de la prestation estimée à **15 jours**

Accessibilité

Ouverte à toutes personnes en situation de handicap visible ou invisible sous réserve de précision des contraintes

Pré-Requis

Pas de prérequis nécessaires sur le sujet de la Robustesse, cependant il est demandé les éléments suivants :

- Avoir une pratique de base bureautique
- Avoir une condition physique qui permet de rester debout ou de marcher/se déplacer sans contraintes fortes

Programme

Jour 1 – A distance, Webinaire sur les principes de la robustesse (0,5j)

Jour 2 –

Après-midi (0,5j)

- **1. Co – initier :**

Accueil, Rassemblement sur un lieu naturel (variable), Constitution du groupe et de découverte

- **2. Co – observer :**

Dialogue avec l'écosystème, Découverte du vivant et du minéral océanique, Mise en mouvement

- **3. Co – sentir**

Exploration sensorielle, Ralentir, Ressentir robustesse / Performance

- **4- Présence à soi**

Temps de partage, d'écriture et création

Soirée - Pique-nique gourmand végétarien avec notre partenaire Green by Colette inclus.

Jour 3 – Matinée (0,5j)

- **5. Co – création**

Rencontre inspirante avec des acteurs du territoire

Cercle de dialogue et incarnation de la transformation

- **6. Co – Incarnation et transformation**

Réalisation œuvre collective

Jour 4 – A distance échanges, partage et retour sur la sédimentation (0,5j)



Tarif

Pour structure financée par OPCO 1500 €/pers, non financé 850€/pers

Groupe de 15 personnes maximum – 6 minimum

Frais de préparation et restauration du soir inclus en mode intra-entreprise / inter-entreprise

Frais hébergement non inclus, nombreuses possibilités seront conseillées