

Formation n°10 SIRENA

Sur les chemins de la Robustesse :

Apprendre de l'océan et d'un écosystème vulnérable et robuste (Bassin d'Arcachon)

Objectifs

- Développer la capacité collective et individuelle en matière de robustesse et savoir les intégrer dans son projet collectif et ou son territoire
- 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 découpées comme suit :
Période 1 : A distance Webinaire à distance sur les principes de la robustesse et de la santé commune
Période 2 : Présentiel 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

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



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 et la santé commune

Jour 2

Après-midi

- **1. Co – initier :**
Accueil, Rassemblement sur un lieu naturel (variable selon météo), Constitution du groupe
- **2. Co – observer :**
Enquête auprès d'un écosystème soumis à de fortes fluctuations, Découverte de la robustesse du vivant et du minéral océanique, Mise en mouvement
- **3. Co – sentir**
Exploration sensorimotrice, Ralentir, Questionner et rééquilibrer son rapport à la performance
- **4- Présence à soi**
Temps de partage, d'écriture et création

Soirée :

- Cercle d'exploration de la robustesse de ses projets et/ou de son organisation et/ou de son territoire.
- Pique-nique gourmand végétarien avec notre partenaire Green by Colette inclus.

Jour 3 – Matinée

- **5. Co – création**
Tests de fluctuations sur son projet et/ou son organisation et/ou son territoire
Rencontre inspirante avec des acteurs du territoire sur leurs chemins de robustesse
- **6. Co – Incarnation et transformation**
Activer individuellement et en coopération les prochains pas sur les chemins de la robustesse pour son projet et/ou son organisation et/ou son territoire
Encren ses apprentissages et mettre des couleurs dans ses engagements

Jour 4 – A distance : partages et retour sur la sédimentation. Prendre soin de l'activation des premiers pas robustes. Fonctionnement et soutien d'une communauté apprenante