

## De l'éco-anxiété à l'éco-résilience (niveau 2)

*Face aux manifestations d'éco-dissociation et d'éco-anxiété chez nos publics, notre posture, nos modes d'interventions peuvent faciliter ou au contraire bloquer la prise en considération de ces réponses physiologiques et légitimes au trauma écologique, qui impactent notre capacité collective à évoluer.*

*La formation de niveau 2 propose de nouveaux outils avancés et des espaces de pratique pour :*

- Prendre soin de ses propres besoins en tant qu'acteur éco-résilient,
- Soutenir l'éco-résilience de son équipe, de sa structure ou de ses réseaux professionnels,
- Agir pour la préservation d'un espace naturel depuis une posture mobilisatrice et créative.

### Objectifs

---

- Identifier les situations relevant de l'éco-anxiété pour lesquelles la posture de facilitation est pertinente
- Mobiliser la posture et les techniques du facilitateur adaptées à l'éco-anxiété
- Proposer à son public des formats collectifs d'animation favorisant l'éco-résilience
- Mobiliser des modes de connexion intuitifs aux espaces naturels depuis la neuroception
- Utiliser ces modalités pour renforcer la créativité et la mobilisation d'un collectif

### Contenus clés abordés

---

- Boîte à outils favorisant la posture de facilitation : concepts d'écoute générative, de restabilité et cercles de résonance...
- Animations permettant de favoriser l'éco-résilience d'une équipe ou d'un groupe, en intérieur, en extérieur, milieu urbain ou naturel.
- Concepts issus de la psychologie développementale sur les modes d'attachement, d'éco-dissociation, de solastalgie et de liens aux espaces naturels.
- Expériences de neuroception et d'écoute des 3 états du système nerveux autonome en milieux extérieurs pour renforcer l'éco-résilience d'un collectif.

### Public et prérequis

---

Responsables pédagogiques, éducateurs à l'environnement, professionnels du tourisme, professionnels de la médiation territoriale culturelle. Chargés de missions environnement et développement durable. Consultants ou formateurs intervenant sur des sujets clefs de la crise environnementale. Toute personne souhaitant faire évoluer sa posture professionnelle, dans un contexte de mise en pratique bienveillant et soutenant.

**Prérequis :** Avoir suivi la formation de niveau 1

Nombre de participants : 6 participants minimum / 12 participants maximum

### Modalités et démarche de formation

---

Formation multimodale de 21 heures de formation soit :

- 14h en présentiel
- 4h30 de travail individuel à distance
- 2h30 en classe virtuelle

Alternance d'apports de contenus en collectif, de temps d'échanges et d'appropriation en ateliers ou en binômes, et de mise en pratique réflexive. Mise en situation d'animation sur de courtes séquences pour les participants qui le souhaitent. Une mise en pratique avec ses propres publics sera demandée entre la 2<sup>nd</sup>e journée et la classe virtuelle.

## Modalités d'évaluation et de validation

Auto-évaluation des apprentissages (mises en situations et questionnaire d'évaluation) et évaluation de satisfaction (questionnaire distribué en fin de formation)

A l'issue de la formation et sous réserve de sa participation à la totalité des journées chaque participant recevra une attestation détaillant les objectifs et les contenus traités durant la formation.

## Dates et lieu de réalisation

Les mercredi 27 et jeudi 28 mai 2026 à Niort (79) puis 2h30 de formation à distance le mercredi 1 juillet 2026  
Inscription avant le 27 avril 2026.

## Formatrice

Lara MANG-JOUBERT – Thérapeute et formatrice, facilitatrice d'éco-résilience - CAE MOSAIQUE

## Accessibilité aux personnes handicapées

Pour toute situation de handicap, et/ou besoins d'aménagement particuliers : nous contacter pour échanger sur les modalités d'accueil et d'adaptation de la formation : Marc BONNEAU [marc.bonneau@ifree.asso.fr](mailto:marc.bonneau@ifree.asso.fr) - 05.49.09.96.94

## Modalités et délais d'accès à la formation

Inscription en ligne : [www.ifree.asso.fr/inscription-formation-programmee](http://www.ifree.asso.fr/inscription-formation-programmee)

Inscription avant le 27 avril 2026.

Cette date détermine le maintien de la formation. Après cette date, nous contacter.

## Coût pédagogique

À titre individuel : 150 €

Au titre de la formation professionnelle continue : 990 €

Prix non soumis à TVA, suivant Art. 261.4.4a du CGI

Frais d'hébergement et de repas à la charge des participants

## Contacts

Responsable pédagogique : Marc BONNEAU [marc.bonneau@ifree.asso.fr](mailto:marc.bonneau@ifree.asso.fr) - 05.49.09.96.94

Inscriptions & logistique : Stéphanie FORTIN [stephanie.fortin@ifree.asso.fr](mailto:stephanie.fortin@ifree.asso.fr) - 05.49.09.64.92

2 rue de la Mairie  
Saint-Léger-de-la-Martinière  
79500 MELLE  
Tél +33 549 09 64 92

[www.ifree.asso.fr](http://www.ifree.asso.fr)

SIRET 407 706 308 00043 – CODE APE 8559A

Déclaration d'activité formation enregistrée sous le numéro 547 900 545 79.  
L'Ifree est certifié Qualiopi, certification délivrée au titre des actions de formation professionnelle.