



  
astérya

**ACCOMPAGNE ET SUSCITE  
LES ENVIES D'AGIR**

CATALOGUE DE FORMATIONS



## SOMMAIRE

<b>ASTÉRYA .....</b>	<b>3</b>
<b>DÉTAILS PRATIQUES.....</b>	<b>4</b>
<b>LISTE DES FORMATIONS .....</b>	<b>5</b>
<b>1. À LA DÉCOUVERTE DES MANIÈRES D'AGIR.....</b>	<b>6</b>
<b>2. ACCOMPAGNER ET LEVER LES FREINS À L'ENGAGEMENT.....</b>	<b>6</b>
<b>3. MOBILISATION ET FÉDÉRATION DES BÉNÉVOLES.....</b>	<b>7</b>
<b>4. ORGANISATION ET ANIMATION DE RÉUNIONS .....</b>	<b>8</b>
<b>5. PRISE DE PAROLE EN PUBLIC.....</b>	<b>9</b>
<b>6. PORTAGE DE PROJET.....</b>	<b>10 à 12</b>
<b>À QUI S'ADRESSENT CES FORMATIONS.....</b>	<b>13 et 14</b>
<b>NOUS CONTACTER.....</b>	<b>15</b>



## ASTÉRYA

Astérya est une association qui a pour but d'encourager, de faciliter et de promouvoir l'engagement citoyen. Nous considérons que l'engagement de tous·tes est nécessaire pour une transformation en profondeur de notre société. Pour ce faire, nous avons développé différents outils :

- **l'accompagnement personnalisé** : des membres de l'association rencontrent, conseillent et orientent toute personne qui souhaite s'investir dans un projet écologique, citoyen et solidaire ou mener sa propre initiative.
- **les ateliers "réveil des envies d'agir"** : ces ateliers ont pour objectif de faire découvrir la diversité des manières d'agir et de donner envie à chacun·e de s'engager d'une manière qui lui correspond.
- **le Guide pour Agir** présente 211 manières d'agir pour une société écologique, solidaire et démocratique, avec plus de 600 contacts de structures dans lesquelles il est possible de s'engager en région parisienne, répartis en 6 grandes thématiques d'engagement.
- **la recherche** : nous menons des projets de recherche-action afin de comprendre les dynamiques d'engagement et de participation, de faire échanger praticien·nes, chercheur·euses, militant·es et simples curieux·ses, et fédérer ces différents acteurs·rices.
- **les formations** : les formations proposées s'appuient sur les projets de recherche menés au sein de l'association. Ces projets, qui se concentrent sur les liens entre engagement citoyen, participation, développement du pouvoir d'agir, insertion et cohésion sociale, s'inspirent des expérimentations de terrain et viennent les nourrir en retour.

Astérya est enregistrée comme organisme de formation auprès de la Préfecture d'Île-de-France. Depuis mars 2016, elle est habilitée par la DRJSCS d'Île-de-France pour dispenser la formation civique et citoyenne.



## DÉTAILS PRATIQUES

- **À qui s'adressent ces formations ?** À une grande pluralité d'acteur·rices : professionnel·les de collectivités territoriales, d'associations et d'établissements sociaux et médico-sociaux, bénévoles de structures associatives, salarié·es d'entreprises... Vous pouvez vous référer au tableau en pages 13 et 14 pour vérifier quelles formations sont adaptées à votre structure. Vous pouvez aussi nous contacter si vous souhaitez adapter une formation à vos besoins et à votre public.
- **Comment nos formations sont-elles construites ?** Elles s'appuient sur les expériences issues des démarches, expérimentations et projets de recherche menés par Astérya ainsi que sur les expériences, compétences et savoir-faire de nos différents membres. Ces formations accordent une place majeure à la mise en pratique et mobilisent des méthodes d'animation dynamiques favorisant l'appropriation des savoirs. Elles s'appuient sur le partage d'expériences et les échanges entre les participant·es.
- **Pour combien de personnes sont-elles prévues ?** Ces formations et ateliers sont prévus pour un groupe de 10 à 15 personnes. Cependant, un groupe plus conséquent peut être envisagé selon la disponibilité des formateur·rices.
- **Quelle est leur durée ?** La durée des ateliers et formations est donnée à titre indicatif ; nous pouvons les adapter selon vos besoins et contraintes.

**Les tarifs indiqués peuvent évoluer en fonction de la demande de la structure.**



## LISTE DES FORMATIONS

- 1. DÉCOUVRIR LA DIVERSITÉ DES MANIÈRES D'AGIR.....6**
- 2. ACCOMPAGNER ET LEVER LES FREINS À L'ENGAGEMENT.....6**
- 3. MOBILISER ET FÉDÉDER DES BÉNÉVOLES.....7**
  - 3A. Mobiliser et fédérer les bénévoles de manière inclusive\*
  - 3B. Susciter et accompagner l'envie d'agir des seniors
- 4. RENFORCER LA PARTICIPATION HABITANTE.....9**
  - 4A. Les pourquoi et les comment de la participation des habitant·es
  - 4B. Collecter la parole des habitants
  - 4C. Mobiliser sur le terrain : les enseignements du *community organizing*
  - 4D. Réaliser un diagnostic participatif grâce à la cartographie
  - 4E. Outiller les mobilisations citoyennes par la recherche-action\*
- 5. ORGANISER ET ANIMER DES RÉUNIONS COLLECTIVES.....8**
  - 5A. Animer des réunions internes et des temps participatifs auprès de publics variés\*
  - 5B. L'animation participative et collective : outils, techniques et posture
  - 5C. Organiser et animer une réunion interne
  - 5D. Organiser et animer une réunion publique
- 6. PORTER UN PROJET CITOYEN.....10 à 12**
  - 6A. S'inspirer & se lancer : les initiatives de quartier facilement répliquables
  - 6B. Imaginer et développer un projet
  - 6C. Mobiliser et fédérer autour d'un projet
  - 6D. Mettre en place un partenariat local
  - 6E. Assurer la gestion administrative et financière d'une association\*

\* Ces formations peuvent être financées par votre organisme de formation



## LES FORMATIONS

### 1. À LA DÉCOUVERTE DES MANIÈRES D'AGIR

1 À 2 JOURS / 12 PERS MAX  
1000€/JOUR

#### Objectifs pédagogiques :

- Découvrir les différentes manières de s'engager et d'agir pour plus de solidarité, d'écologie et de démocratie (les bénévoles, mais pas que !)
- Se réapproprier les notions de « participation citoyenne » et de « démocratie » et leurs implications pratiques dans notre quotidien et sur nos lieux de vie (entreprise, quartier, établissements scolaires, etc.)
- Comprendre ce que signifie et implique de porter une initiative engagée (AMAP, composteur collectif, crèche parentale, monnaie locale, *repair café*, etc.)

Une animation qui aborde les enjeux de la participation et de l'engagement citoyen en les rendant concrets et ludiques, afin de donner aux participant·es les clés pour agir !

### 2. ACCOMPAGNER ET LEVER LES FREINS À L'ENGAGEMENT

1 JOUR / 12 PERS MAX  
1000€

#### Objectifs pédagogiques :

- Savoir susciter et repérer les envies d'agir sous leurs différentes formes
- Comprendre les freins et les leviers à l'engagement pour mieux l'encourager
- Savoir accompagner la concrétisation de ces envies d'agir et aborder des structures où elles peuvent prendre corps
- Penser la posture de l'accompagnant·e

Une formation destinée aux professionnel·les susceptibles d'accompagner des personnes ayant exprimé l'envie de s'engager (en particulier des personnes connaissant des freins spécifiques : handicap, exil, précarité...) et qui vise à acquérir les principales notions et techniques nécessaires pour faciliter leur mise en mouvement.



## 3. MOBILISATION ET FÉDÉRATION DES BÉNÉVOLES

### 3A. Mobiliser et fédérer des bénévoles de manière inclusive

7H / 12 PERS MAX  
65€/H  
PRISE EN CHARGE POSSIBLE  
PAR VOTRE OPCO

#### Objectifs pédagogiques :

- Appréhender la question des motivations, point d'accroche pour adapter vos missions bénévoles, et acquérir les techniques, les postures et les savoir-faire pour mobiliser des bénévoles de manière inclusive
- Option 3 jours : travailler à un plan d'action personnalisé pour mobiliser et fédérer des bénévoles

Entre temps de travail, apports théoriques et échanges entre participant·es, venez vous outiller pour rendre votre structure plus accessible à une diversité de bénévoles !

### 3B. Susciter et accompagner l'envie d'agir des personnes seniors

1 JOUR / 12 PERS MAX  
1000€

#### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les freins et les leviers à l'engagement pour mieux l'encourager
- Découvrir la richesse du milieu associatif et militant pour accompagner au mieux les envies de personnes retraitées de s'engager pour un monde plus écologique, plus solidaire et plus démocratique

Cette formation vous permettra de vous initier à la méthodologie et à la posture de l'accompagnement.



## 4. RENFORCER LA PARTICIPATION HABITANTE

### 4A. Les pourquoi et les commentaires de la participation des habitant·es

1 JOUR / 12 PERS MAX  
1000€

#### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les logiques qui sous-tendent les instances de démocratie participative
- Prendre conscience de sa légitimité et de ses différents savoirs en tant qu'habitant·e

Une formation théorique et interactive pour prendre conscience de sa légitimité et dépasser les freins psychologiques à la prise de parole.

### 4B. Collecter la parole des habitant·es

3H / 12 PERS MAX  
500€

#### Objectifs pédagogiques :

- Imaginer des actions pour collecter et restituer la parole des habitant·es
- Élaborer un discours et développer les savoir-être permettant d'aborder les habitant·es

Une formation axée sur la pratique : partage de quelques éléments théoriques, mais l'essentiel de la formation est consacré à des exercices pratiques et des temps de partage des expériences.

### 4C. Mobiliser sur le terrain : les enseignements du *community organizing*

1H30 / 12 PERS MAX  
250€

#### Objectifs pédagogiques :

- S'initier à des techniques de mobilisation des citoyen·nes/habitant·es sur le terrain, à travers l'exemple du *community organizing*
- Mettre ces techniques en perspective avec vos réalités pour voir comment elles peuvent être applicables concrètement



#### 4D. Réaliser un diagnostic participatif grâce à la cartographie

3H / 12 PERS MAX  
500€

##### Objectifs pédagogiques :

- Former son regard à l'identification des problèmes, atouts et besoins du quartier : d'abord une formation sur le diagnostic, son intérêt, ses méthodes
- S'initier aux méthodes de la cartographie participative permettant d'impliquer les habitants dans un diagnostic

Il s'agit d'abord d'une formation sur le diagnostic, son intérêt, ses méthodes. Les apports théoriques permettront de travailler sur des exemples de diagnostic et de cartographie participative afin de vous donner des idées à mobiliser dans le cadre de vos besoins.

#### 4E. Outiller la mobilisation citoyenne par la recherche-action

14H (2 JOURS) / 12 PERS MAX  
65€/H  
PRISE EN CHARGE POSSIBLE  
PAR VOTRE OPCO

##### Objectifs pédagogiques :

- Sensibiliser à l'utilité de la recherche au service de l'action citoyenne
- S'initier à l'organisation du monde académique pour construire des collaborations durables
- Maîtriser les différentes étapes d'une recherche-action et se former aux méthodologies de recherche
- Construire sa recherche-action et la mettre en oeuvre

Cette formation s'adresse aux bénévoles et dirigeant-es d'association souhaitant s'engager dans des collaborations avec des chercheur-ses. A partir d'un état de l'art de la littérature scientifique et d'exemples concrets de recherche-actions menées par les formateur-rices, les stagiaires-bénévoles pourront s'initier à ce type de démarche et commencer à construire leur propre projet de recherche-action.



## 5. ORGANISER ET ANIMER DES TEMPS COLLECTIFS

### 5A. Animer des réunions internes et des temps participatifs auprès de publics variés

7H / 12 PERS MAX  
65€/H  
PRISE EN CHARGE POSSIBLE  
PAR VOTRE OPCO

#### Objectifs pédagogiques :

- Découvrir des techniques et outils d'animation issues de l'éducation populaire afin d'animer des temps de manière participative, inclusive et efficace
- Savoir se positionner et prendre confiance comme facilitateur·rice et animateur·rice de réunions, de débat ou d'ateliers participatifs

Cette formation comprend des éléments théoriques et de nombreuses mises en pratique pour s'entraîner.

***Les modules de cette formation peuvent être animés séparément pour répondre à des besoins spécifiques liées à vos activités :***

### 5B. L'animation participative et collective : outils, techniques et posture

3H / 12 PERS MAX  
500€

Une initiation aux outils de base de l'animation avec un axe sur la posture de l'animateur·trice.

### 5C. Organiser et animer une réunion interne

3H / 12 PERS MAX  
500€

Une formation spécifique, appliquée aux réunions internes pour gagner en efficacité.

### 5D. Organiser et animer une réunion publique

3H / 12 PERS MAX  
500€

Une formation spécifique pour comprendre les enjeux à l'œuvre lors d'une réunion publique et savoir se positionner par rapport aux différents acteur·rices en présence.



## 6. PORTER UN PROJET CITOYEN

### 6A. S'inspirer et se lancer : les initiatives de quartier facilement répliquables

3H / 12 PERS MAX  
500€

#### Objectifs pédagogiques :

- Découvrir des initiatives inspirantes et reproductibles
- Intégrer les étapes de la conception d'une initiative
- Anticiper les difficultés afin de la mettre en œuvre sur son territoire

Une formation qui permet de comprendre les clés pour mettre en place une initiative écologique ou solidaire dans son quartier, sur son lieu de travail, etc. (AMAP, Boite à don, composteur, *repair café*, crèche parentale, disco soupe, monnaie locale, fermes urbaines,...).

### 6B. Imaginer et développer un projet

1H30 / 12 PERS MAX  
250€

#### Objectifs pédagogiques :

- Intégrer la méthode de conception et le cycle d'un projet
- Concevoir concrètement un projet à partir d'une analyse des besoins et des opportunités

Grâce à cette formation, vous pourrez prendre le temps pour imaginer concrètement un projet et réfléchir à sa mise en application de manière accélérée.

### 6C. Mobiliser et fédérer autour d'un projet

2H / 12 PERS MAX  
400€

#### Objectifs pédagogiques :

- Aborder les enjeux du « recrutement » (= mobiliser)...
- ...et ceux de la « fidélisation » (= fédérer) de personnes prêtes à s'impliquer dans un projet

Cette formation vous permettra de savoir comment amener des personnes à rejoindre votre projet, puis comment faire en sorte qu'elles restent et s'impliquent.



## 6D. Mettre en place un partenariat local

2H / 12 PERS MAX  
400€

### Objectifs pédagogiques :

- Identifier les partenaires adéquats pour mettre en œuvre un projet
- Appréhender les différentes étapes et les points d'alerte pour mettre en place un partenariat équilibré

Une formation qui prépare à la prise de contact partenarial et aux écueils à éviter.

## 6E. Assurer la gestion administrative et financière d'une association

7H / 12 PERS MAX  
65€/H  
PRISE EN CHARGE POSSIBLE  
PAR VOTRE OPCO

### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les spécificités de la forme associative et son succès
- Comprendre les enjeux de gouvernance (statuts, rôle des différentes instances, interactions entre elles, mode de prise de décision, etc.)
- Connaître les bases de la gestion comptable
- Apprendre à gérer une association au quotidien (budget, bilan, trésorerie..)
- Savoir où et comment rechercher des financements (subventions, ventes de produits et services..)

Une formation qui vise à donner aux salarié·es et aux bénévoles d'associations les bases permettant de comprendre les multiples aspects touchant au fonctionnement des structures associatives depuis la gouvernance (règles de décision) jusqu'aux questions financières (comptabilité, budget, trésorerie), sociales (salarié·es) et fiscales (caractère commercial ou non). La question de la recherche de financements sera également abordée



## À QUI S'ADRESSENT CES FORMATIONS ?

	à destination de <b>PROFESSIONNEL·LES</b> de		à destination de <b>NON PROFESSIONNEL·LES</b> en tant que		
<b>FORMATIONS</b>	<b>Collectivités territoriales &amp; service vie associative</b>	<b>Structures et services mobilisant du public</b> <i>(centres sociaux, associations, collectifs, étab. sociaux et médico-sociaux, SPIP, ...)</i>	<b>Entreprises</b>	<b>Bénévoles</b>	<b>Publics mobilisés</b>
<b>1. DECOUVRIR LA DIVERSITE DES MANIERES D'AGIR</b>					
<b>2. ACCOMPAGNER ET LEVER LES FREINS À L'ENGAGEMENT</b>					
<b>3. MOBILISER ET FÉDÉRATION DES BÉNÉVOLES</b>					
3A. Mobiliser et fédérer des bénévoles de manière inclusive					
3B. Susciter et accompagner l'envie d'agir des seniors					
<b>4. RENFORCER LA PARTICIPATION HABITANTE</b>					
4A. Les pourquoi et comment de la participation habitante					
4B. Collecter la parole des habitant·es					
4C. Mobiliser sur le terrain - le <i>community organizing</i>					
4D. Réaliser un diagnostic participatif grâce à la cartographie					
4E. Outiller les mobilisations par la recherche-action					

à destination de  
**PROFESSIONNEL·LES**  
de

à destination de  
**NON PROFESSIONNEL·LES**  
en tant que

<b>FORMATIONS</b>	<b>Collectivités territoriales &amp; service vie associative</b>	<b>Structures et services mobilisant du public</b> <i>(centres sociaux, associations, collectifs, étab. sociaux et médico-sociaux, SPIP, ...)</i>	<b>Entreprises</b>	<b>Bénévoles</b>	<b>Publics mobilisés</b>
<b>5. ORGANISER ET ANIMER DES TEMPS COLLECTIFS</b>					
<b>6. PORTAGE DE PROJET</b>					
6A. S'inspirer et se lancer : les initiatives de quartier facilement répliquables					
6B. Imaginer et développer un projet					
6C. Mobiliser et fédérer autour d'un projet					
6D. Mettre en place un partenariat local					
6E. Assurer la gestion administrative et financière d'une association					



## NOUS CONTACTER

---

**Vous souhaitez en savoir plus sur nos formations ou faire une demande de devis ?**

Contactez **Pierre Barrois**  
*Coordinateur du développement et de l'administration*  
[pierre@asterya.eu](mailto:pierre@asterya.eu)

---

**Pour plus d'informations :**

[contact@asterya.eu](mailto:contact@asterya.eu)  
07 69 69 66 71