



LE DISPOSITIF LOCAL
D'ACCOMPAGNEMENT DE L'ESS
SAÔNE-&-LOIRE

LES
**ATELIERS
COLLECTIFS**
DU DLA 71

PRENDRE SOIN DE SOI ET DES RELATIONS AU SEIN DE SA STRUCTURE : COMMENT PRÉVENIR ET RÉGULER LES SITUATIONS CONFLICTUELLES

Cet accompagnement vise à créer des espaces de compréhension, de régulation et de respiration, afin de permettre à votre collectif de traverser les tensions sans s'abîmer et de renforcer sa capacité à durer dans le temps



Facteurs de fragilisation
relationnelle

Postures relationnelles et
communication

Mieux comprendre les mécanismes à
l'oeuvre

Repérer et transformer
les récits

Espaces de régulation
sécurisés

Renforcer la qualité
des relations



POUR QUI

Salariés et bénévoles des
associations employeuses
de Saône et Loire



FORMAT

**4 journées collectives en
présentiel**
+ des temps individuels en
distanciel



OÙ

**Mâcon, Chalon-sur-Saône
ou Montceau-les-Mines,**
en fonction des participants



INTERVENANTE

atoraxia +
AURÉLIA LATOURNERIE



DATES

**2 avril
30 avril
28 mai
11 juin**

DLA 71 / Evelise Rageot

07 64 45 99 74

e.rageot@bge-perspectives.com



cofinancé
par l'Union
européenne





CONTEXTE / ENJEUX

Les situations conflictuelles au sein des structures associatives ne sont pas uniquement liées à des désaccords ou à des difficultés de communication. Elles sont souvent le symptôme de fragilités plus profondes : surcharge, fatigue, tensions non régulées, dégradation progressive de la qualité des relations...

Prévenir et réguler les conflits suppose donc de ne pas se limiter à des outils ou à des techniques, mais de s'intéresser également aux conditions dans lesquelles les personnes travaillent, coopèrent et prennent des décisions ensemble.

Cet accompagnement propose ainsi une autre voie : celle du prendre soin. Prendre soin de soi, des relations, du collectif, et de ce qui relie.

Il s'agit pour les associations de renforcer la robustesse relationnelle, c'est-à-dire la capacité à durer, coopérer et continuer à faire ensemble malgré les désaccords et les tensions.



OBJECTIFS

Objectif général :

Informier et outiller les participant·es afin de leur permettre de prévenir, accueillir et réguler les situations conflictuelles au sein de leur structure, dans une logique de qualité de vie relationnelle et de durabilité collective.

À l'issue de l'accompagnement, les participant·es seront en capacité de :

- mieux comprendre les mécanismes à l'œuvre dans les tensions et les conflits
- identifier les facteurs individuels et collectifs de fragilisation relationnelle
- développer une attention au prendre soin de soi notamment dans les situations de tension
- ajuster leurs postures relationnelles et leur communication
- repérer et transformer les récits qui enferment les situations conflictuelles
- mettre en place des espaces de régulation sécurisés
- savoir quoi faire lorsque la résolution directe échoue
- renforcer la qualité des relations comme levier de prévention des conflits.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 27 MARS 2026



EN SAVOIR +



Guid'Asso
Information



cofinancé
par l'Union
européenne



Vous avez des questions ? Vous souhaitez vous inscrire ?

Contactez le DLA ou inscrivez-vous directement sur
www.billetweb.fr/pro/dla71

Evelise Rageot

07 64 45 99 74

e.rageot@bge-perspectives.com