

Rapport à l'argent

Pour une relation plus sereine face aux questions économiques et financières

PUBLIC CIBLE

Salarié.e.s et administrateur.trice.s des structures associatives de notre réseau.

OBJECTIFS

- Identifier les éléments influençant les réactions face aux questions financières et économiques ;
- Reconnaître les signes et types de stress dans les questions financières et économiques ;
- Déterminer les croyances limitantes relatives aux questions financières ;
- Prendre du recul sur ses croyances limitantes et trouver ses ressources pour se positionner plus sereinement sur les questions financières.

ENJEUX

Cette formation vise à donner des éléments de compréhension et d'analyse individuels dans les réactions face aux questions financières et économiques. Elle donne également des outils pour prendre du recul et se positionner plus sereinement sur ce sujet.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

Prendre conscience de sa relation à l'argent :

- L'argent : pourquoi un sujet aussi tabou ? Éléments historiques et sociologiques : particularité de la France.
- Voir claire sur ses projections sur l'argent
- Interroger son histoire personnelle pour en découvrir l'influence dans ses comportements et réactions

Stress et argent : mieux comprendre son stress dans les questions d'argent

- Savoir repérer chez soi les signes mentaux, comportementaux et émotionnels du stress dans les questions d'argent
- Reconnaître les 3 types de stress (angoisse/fuite, colère/lutte et découragement/inhibition)
- Comprendre le mécanisme du stress avec un éclairage neuroscientifique et comportemental
- Voir clair sur ce qui se joue pour soi dans les questions d'argent : nommer la source de stress

Utiliser des outils pour aller vers plus de sérénité

- Savoir prendre du recul avec des exercices cognitifs
- Transformer les croyances limitantes relatives à ses questions financières et les transformer en capacité de se positionner et de décider plus posément

En fin de formation, un certificat de réalisation sera remis à chaque stagiaire.

MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques et pratiques (approche neurocognitive et comportementale, Peter Koenig System). Échanges, partages, discussions ouvertes. Stimulation de l'intelligence collective.

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR

ARDEAR Occitanie

DURÉE : 2 jour(s)

DATE LIMITE : 15/07/2026

MODALITÉS D'ACCÈS

Les modalités d'accès seront précisées lors de la confirmation d'inscription

TARIFS

Frais pédagogique de 245€/jour, soit 490€ pour la formation. Possibilité de financement par votre OPCO (notamment OCAPIAT).

ATTESTATION

Aucune

RENSEIGNEMENTS

Resp. de stage : Jody Winterhalter

Pour tout renseignement, contactez :

Valérie Aguilera

admin@jeminstallepaysan.org

06 16 97 04 40

ARDEAR Occitanie

Mas de Saporta

34875 LATTES

Tel. 04.67.06.23.67

N° d'organisme de formation : 91 30

02 803 30

MENTIONS

Pour réussir votre formation, notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux éventuelles situations de handicap, temporaires ou permanentes. Merci de nous contacter afin d'étudier ensemble les possibilités d'adaptation.

SATISFACTION : Nouvelle formation.

Taux global 2024 : 96.9

Évaluation à chaud en fin de formation par un questionnaire et un échange avec les participants réalisé par la structure

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
08/09/2026	147 Côte d'Olemps 12510 Aveyron	Corinne Capdequi Peyranère, formatrice autour des compétences transversales en entreprise et accompagnatrice au sein de l'organisme "Pour de Justes Relations"
07/09/2026	147 Côte d'Olemps 12510 Aveyron	Corinne Capdequi Peyranère, formatrice autour des compétences transversales en entreprise et accompagnatrice au sein de l'organisme "Pour de Justes Relations"

THÈMES

Autres

Communication

FINANCEURS

OCAPIAT

J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation ([Voir la fiche](#))