

Améliorer son bien être au travail en tant que femme en agriculture (34)

OBJECTIFS

Identifier ses difficultés, s'interroger sur son efficacité et son bien être au travail. Identifier les leviers d'amélioration en termes d'organisation du travail et de bien être au travail. Connaître les gestes qui permettent de préserver son corps, en situation de travail.

ENJEUX

En tant que femme, quel que soit son âge ou son statut (cheffe d'exploitation seule ou associée, conjointe collaboratrice, cotisante de solidarité...) prendre sa place et avoir un vrai rôle dans le secteur agricole n'est pas forcément évident. Aussi, cette formation propose d'aider les femmes à acquérir des compétences qui leur permettront de se professionnaliser dans leur fonction et de contribuer pleinement à la réussite de leur projet et activités agricoles/rurales au sein de leur territoire. Cette formation permet d'appuyer les agricultrices, pour faire face aux difficultés qu'elles peuvent rencontrer dans leur métier et sur leur territoire.

CONTENU

J1: Retour sur les expériences passées. Questionner son rapport au travail. La souffrance au travail, les risques psychosociaux (RPS). Les risques de stress, grille des facteurs de stress. Les mesures de protection à mettre en place individuellement ou collectivement pour faire face aux RSP. Initiatives et dynamiques collectives qui peuvent améliorer le bien-être au travail.

J2 : Postures et outils pour alléger la charge de travail, atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents. Pistes d'amélioration des conditions de travail sur sa ferme : équipement, ergonomie, embauche, durée de travail, équilibre vie pro/perso, modification dans l'organisation, les trajets, etc. Élaboration d'un plan d'action. Bilan de la formation

Méthodes pédagogiques : Alternance de temps d'apports, de mise en pratique et d'échange. Méthode active qui fait largement appel à la participation et à l'expérience de chacune. Remise de support.

Modalités d'évaluation : En fin de formation, test d'auto-évaluation des acquis inclus dans le questionnaire de satisfaction.

Remise d'une attestation certificat de réalisation à la suite de la formation.

Prérequis : aucun

Date de mise à jour : 18/12/2025

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
30/01/2026	sur une ferme 34 Hérault	Albane LAMY, agroéconomiste, membre des groupes de travail de l'ARDEAR Aura sur le genre
À définir		

THÈMES

Création d'activité / diversification

Santé

FINANCEURS

VIVEA

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR

Terres Vivantes

DURÉE : 2 jour(s)

DATE LIMITE : 23/01/2026

MODALITÉS D'ACCÈS

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter pour étudier les modalités d'accès aux locaux et/ou d'adaptation de la formation pour faciliter votre participation.

TARIFS

Adhésion demandée. Consommation enveloppe VIVEA : 574 €

ATTESTATION

Aucune

RENSEIGNEMENTS

Brigitte Barthas, responsable de stage

brigitte.barthas.tv@gmail.com

Terres Vivantes

6 rue Filandière

34 800 Clermont l'Hérault

Tel. 04 67 96 41 05

N° d'organisme de formation :

91340637024

SATISFACTION : 100