S’installer et travailler en couple

PUBLIC CIBLE

Agriculteurs et agricultrices actuel•le•s et/ou futur•e•s (quels que soient leurs statuts) en couple qui souhaitent développer leurs capacités à mieux travailler ensemble en alliant bien-être et efficacité (4 à 6 couples maxi)

OBJECTIFS

S’interroger sur les facteurs de bien-être dans un projet professionnel en couple en tenant compte des besoins de chaque personne. Acquérir des clés de compréhension et des outils pour travailler en couple de manière sereine et efficace.

ENJEUX

Les projets de création ou de reprise d'activités agricoles sont souvent imbriqués dans un projet de vie plus global, qui amène souvent des couples à travailler ensemble sur la ferme. De nombreuses questions sont alors soulevées par les couples concernés :
- Comment faire pour que chaque personne trouve vraiment sa place et être reconnu(e) par l’autre et par les autres ?
- Comment aborder les questions d’égalité professionnelle et de qualité de vie au travail ?
- Comment se répartir le travail et les responsabilités de façon à allier bien-être et efficacité ?
- Comment prendre des décisions vraiment ensemble ? Que faire quand nous ne sommes pas d’accord ?
- Comment garder un équilibre vie professionnelle et vie personnelle ?
Cette formation de 2 jours est construite pour vous permettre d’avancer concrètement sur ces questions au sein d’un groupe accueillant, avec une intervenante spécialisée dans l’accompagnement des collectifs agricoles.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

J1:
- Identifier les spécificités du travail en couple : les niveaux de couple et les impacts sur la vie perso-professionnelle.
- Identifier les points de vigilance pour allier bien-être et efficacité: besoins et comportements des couples au travail (place, rôle, organisation du travail)
- Identifier la place des couples dans les entreprises agricoles (répartition des taches) pour prendre du recul et se positionner.
- Questionner les enjeux en cas de séparation.
- Acquérir des démarches et des techniques de communication constructive :
* techniques d’écoute active et de questionnement, niveaux d’ouverture et niveaux d’écoute, gestion du stress et de l’agressivité, régulation des tensions…
* techniques pour « débrancher » quand c’est nécessaire, place des émotions …

J2:
- Aborder les questions d’égalité et d’équité au sein du couple.
- Aborder les questions sensibles liées au travail en couple (argent, patrimoine, juridique…).
- Appréhender les questions de la résilience dans le travail en couple et de l’adaptation aux changements.
- S’outiller pour prendre des décisions ensemble.

MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR
ADDEAR de l'Ain

DURÉE : 2 jour(s)
DATE LIMITE : 15/10/2025

MODALITÉS D'ACCÈS
les modalités d’accès seront précisées lors de la confirmation d’inscription

TARIFS
Prise en charge VIVEA (à inscrire dans PPP)

ATTESTATION
Remise en fin de formation

RENSEIGNEMENTS
Cléa CARMILLET
installation@addear01.fr
ADDEAR01

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.
Pas d’équivalence ni de passerelles vers d’autres formations
Conditions générales d'utilisation : https://www.agriculturepaysanne.org/Conditions-Generales

Un entretien permettra de valider l'inscription

SATISFACTION : ARDEAR: 95,75%
NOTE : Repas partagé tiré de vos paniers !

Alternance de temps :
- de prises de recul et de prises de conscience
- d’apports théoriques et méthodologiques permettant de donner du sens aux situations vécues
- d’apports d’outils et démarches utilisables concrètement
- et surtout de temps d’expérimentation des démarches proposées.

MOYENS MATÉRIELS

Supports pédagogiques

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Les connaissances et compétences acquises par chacun des stagiaires seront évaluées au moyen d’un questionnaire individuel remis en fin de formation.

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
17/10/2025	MCC 4 Allée des Brotteaux 01000 Ain	Delphine Guilhot - Formatrice accompagnatrice des projets collectifs
16/10/2025	MCC 4 Allée des Brotteaux 01000 Ain	Delphine Guilhot - Formatrice accompagnatrice des projets collectifs

THÈMES

Réfléchir à ses pratiques | Autres | S’installer en AP | Installation | S\'associer / coopérer

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