

**ORGANISATEUR(S) :** POITIERS JEUNES

**THÈME :** LES QUESTIONS DE SOCIÉTÉ (DISCRIMINATION, ENVIRONNEMENT,...)

 Initiation

 Gratuit

 3h

 Présentielle

## PUBLIC / CONDITIONS D'ACCÈS

Tout public bénévole, pas de condition particulière d'accès

## DESCRIPTIF DE LA FORMATION

Vous êtes investi-e dans des projets qui vous tiennent profondément à cœur, que ce soit dans une association, un collectif ou une cause personnelle ?

Mais s'engager intensément peut parfois mener à des moments de surcharge, voire à l'épuisement. Dans cet atelier participatif, nous échangerons sur les signes d'épuisement et les pistes pour y faire face ou l'éviter. Un moment pour réfléchir ensemble à un engagement plus doux, plus durable, et plus joyeux.

Organisé en partenariat avec la Maison des Etudiant-es

### DATE(S) DE LA FORMATION

**21 janvier 2026**

18h30

### POUR S'INSCRIRE

 06 27 76 01 20

 poitiersjeunesasso@gmail.com

### LIEU DE LA FORMATION

Poitiers Jeunes, 49 rue de la cathédrale  
86000 Poitiers

### STRUCTURE FORMATRICE

 Poitiers Jeunes

 Voir la présentation de cette structure

Formation financée par :



**FDVA**  
FONDS POUR LE  
DÉVELOPPEMENT  
DE LA VIE  
ASSOCIATIVE