

FORMATIONS

Saison 2026

Bases de la com' et Canva



Méthodologie de projet



Bases de la compta'



Organisation d'une séance d'ne



Voix et corps pour sa com'



Facebook et Instagram



PRESENTATION

La Fédération Départementale des Foyers Ruraux de Saône-et-Loire est une association d'éducation populaire créée en 1960. Elle regroupe à ce jour une centaine de structures adhérentes et presque 5 000 adhérent·es individuel·elles sur l'ensemble du territoire.

Elle oeuvre au quotidien dans divers domaines, comme par exemple :

- le cinéma (entre autres le circuit de cinéma itinérant CinéVillage),
 - la culture,
- la transition écologique et sociale,
 - et bien entendu les formations.

FORMATIONS

Afin d'assurer son rôle de tête de réseau départemental et de répondre aux attentes qu'elle entend régulièrement ici et là, la Fédération a décidé de mettre en place un cycle de formations en adéquation avec les besoins exprimés par les bénévoles.

Pour cela, elle s'appuie sur les compétences de ses salarié·es pour proposer des formations ayant comme thématiques :

- la communication numérique,
 - la comptabilité,
 - la gestion de projet,
 - la projection de films,
- la prise de parole en public,
 - les réseaux sociaux.

Les salarié·es seront le plus souvent accompagné·es de bénévoles de la Fédération qui, de par leur profession et/ou leurs missions dans leurs associations, ont à coeur de partager leurs savoir-faire.

Ces formations s'adressent à tous·tes les bénévoles du département, adhérent·es ou non et sont accessibles gratuitement et sans pré-requis.

ATTENTION

: afin que le maximum de structures différentes puissent participer, merci de venir à deux au maximum.

SOMMAIRE

Intitulé	Page
Bases de la communication et initiation à l'outil Canva	4
Initiation à la méthodologie de projet	5
Principes de base de la comptabilité associative et découverte de BasiCompta®	6
Mise en oeuvre d'une séance de cinéma	7
La voix et le corps au service d'une communication efficace, décontractée et personnelle	8
Réseaux sociaux : se familiariser avec Facebook et Instagram	9
CALENDRIER	10
MODALITÉS D'INSCRIPTION	11

Vous pouvez cliquer sur l'intitulé de la formation pour accéder directement à sa fiche !

COMMUNICATION

> Outils numériques

Bases de la communication et initiation à l'outil Canva



> Objectifs généraux

- Connaître les règles de base en communication
- Découvrir l'interface de Canva
- S'entraîner à travers des exercices pratiques
- Gagner en autonomie dans sa communication

> Contenu

Découverte des bases de la communication :

- Lecture, visibilité des supports
- Règles : polices, couleurs, hiérarchisation...
- Ce qu'il faut et ce qu'il ne faut pas faire
- Illustration avec des exemples concrets

Découverte de l'interface de Canva :

- Explications sur l'arborescence
- Fonctionnalités, astuces, outils...
- Compte gratuit vs. compte professionnel

Aspect pratique :

- Entraînement à travers la réalisation d'un support réel ou fictif

> Moyens pédagogiques

- Formation dispensée par la chargée de communication de la FDFR 71 accompagnée d'un·e bénévole du réseau
- Groupe de 10 participant·es maximum
- Échanges, analyse, étude de cas réels en groupe
- Support remis aux participant·es à l'issue de la formation

> Conditions d'accès

- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole
- Repas pris en charge

> Pré-requis

- Aucun pré-requis en communication nécessaire
- Être un minimum à l'aise avec un ordinateur et Internet
- Apporter un ordinateur portable (la FD peut en prêter un si besoin)
- Avoir si possible un compte professionnel Canva (demande de Canva Solidaire [ici](#) - gratuit pour les associations)

> Rendez-vous et inscriptions



Mercredi 30 septembre



De 10 h à 16 h (accueil dès 9 h 30)



Active, Chalon-sur-Saône (71100)
(12D rue du Général Leclerc)



Inscriptions jusqu'au 18 septembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Samedi 12 décembre



De 10 h à 16 h (accueil dès 9 h 30)



Foyer Rural, S^t-Julien-de-Jonzy (71110)
Salle Polyvalente



Inscriptions jusqu'au 27 novembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Vous pouvez également vous inscrire par
téléphone : **03 85 36 62 06**

INGENIERIE

> Gestion de projets

Initiation à la méthodologie de projets



> Objectifs généraux

- Apprendre à valoriser ses actions sur un territoire
- Utiliser des outils d'animation d'intelligence collective
- Faciliter la gestion et le développement des assos
- Permettre l'interconnaissance des acteur·ices

> Contenu *

Thème 1 - Rédaction de son projet :

- Rédaction d'une fiche projet (objectifs, action...)
- Aide à partir du Cerfa de demande de subvention

Thème 2 - Conception d'un budget prévisionnel :

- Présentation d'un budget équilibré

Thème 3 - Financement d'un projet :

- Recherche des financements
- Dépôt des dossiers

Thème 4 - Conception du bilan et de l'évaluation :

- Rédaction des bilans quantitatifs et qualitatifs
- Etablissement d'un compte de résultat

> Moyens pédagogiques

- Formations dispensées par deux salarié·es de la FDFR 71 accompagnés·es d'un·e bénévole du réseau
- Alternance entre savoirs expérientiels et théoriques
- Utilisation d'outils d'éducation populaire
- Groupe de 12 participant·es maximum

> Conditions d'accès


- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole
- Repas partagé


> Pré-requis

- Aucun pré-requis nécessaire
- Apporter un ordinateur portable si possible

> Rendez-vous et inscriptions


 **Samedi 12 septembre**


 De 9 h 30 à 12 h 30

 Active, Chalon-sur-Saône (71100)
(12D rue du Général Leclerc)

→ Inscriptions jusqu'au 28 août minuit:
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)

 **Samedi 3 octobre**


 De 9 h 30 h à 12 h 30

 Foyer Rural, S^t-Julien-de-Jonzy (71110)
Salle Polyvalente

→ Inscriptions jusqu'au 18 septembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)


 **Samedi 7 novembre**


 De 9 h 30 à 12 h 30

 Salle Paciano, Fontaines (71150)
(Rue du Parc)

→ Inscriptions jusqu'au 23 octobre :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)


 **Samedi 14 novembre**


 De 9 h 30 à 12 h 30

 La Grange Rouge, La-Chapelle-Naude (71500)
(142 route de Vauvret)

→ Inscriptions jusqu'au 30 octobre :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)

 **Samedi 5 décembre**

 De 9 h 30 à 12 h 30

 Salle de la Cure, Ozenay (71700)
1098 route de Brancion, Mairie

→ Inscriptions jusqu'au 20 novembre :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)

Base de la comptabilité associative et découverte de BasiCompta®

 BasiCompta®



> Objectifs généraux

- Comprendre les bases de la comptabilité
- Apprendre à utiliser un plan comptable
- Etablir un budget prévisionnel et un compte d'exploitation
- Utiliser un logiciel de comptabilité (BasiCompta®)

> Contenu

Découverte des bases de la comptabilité :

- Familiarisation avec les termes comptables
- Acquisition de compétences pratiques

Découverte d'un plan comptable :

- Définition d'un plan comptable
- Quel compte pour quelle dépense ou recette

Création d'un budget prévisionnel :

- Définition d'un budget prévisionnel
- Présentation et équilibre

Découverte de BasiCompta® :

- Principes, fonctionnalités et utilisation
- Etablissement de son compte d'exploitation en fin d'année

> Moyens pédagogiques

- Formations dispensées par un·e ou des salarié·es de la FDFR 71 et/ou des bénévole(s) du réseau
- Edition d'un livret BasiCompta avec rappel des fonctions principales
- Groupe de 10 participant·es maximum

> Conditions d'accès

- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole

> Pré-requis

- Aucun pré-requis nécessaire
- Être un minimum à l'aise avec un ordinateur et Internet
- Apporter un ordinateur portable (la FD peut en prêter un si besoin)

> Rendez-vous et inscriptions



Mercredi 26 août



De 9 h 30 à 12 h 30 (accueil à partir de 9 h)



Inter'cow, Baudemont (71800)

(337 rue des Coquelicots, Parc d'activités de la gare)



Inscriptions jusqu'au 12 août minuit :

- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Samedi 3 octobre



De 9 h 30 à 12 h 30 (accueil à partir de 9 h)



Salle Paciano, Fontaines (71150)

(Rue du Parc)



Inscriptions jusqu'au 18 septembre minuit :

- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Vous pouvez également vous inscrire par téléphone : **03 85 36 62 06**

INGENIERIE

> Gestion de projet (cinéma)

Mise en oeuvre d'une séance de cinéma

> Objectifs généraux

- Découvrir le matériel de projection professionnel
- Assurer des projections de qualité
- Développer l'autonomie dans la projection
- Se familiariser avec les termes techniques

> Contenu

Découverte du matériel de projection professionnel :

- Description et inventaire
- Découverte des réglages (image, son...)
- Installation et rangement (branchement...)
- Connaissance des procédures d'arrêt d'urgence
- Port du matériel et règles de sécurité

Utilisation du logiciel Ciné Digital Manager :

- Gestion des playlists
- Gestion des DCP (nomenclature, cryptage...)

Accueil du public :

- Utilisation de la billetterie (tarifs...)

> Moyens pédagogiques

- Formations dispensées par les salariés en charge du Pôle Cinéma de la Fédération
- Mise à disposition d'un matériel professionnel
- Mise en pratique sous la supervision des salarié·es pour les bénévoles expérimenté·es
- Groupe de 10 participant·es maximum / session

> Conditions d'accès

- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole débutant·e ou expérimenté·e
- Les bénévoles débutant·es assisteront à l'intégralité de la journée

> Pré-requis

- Aucun pré-requis nécessaire
- Intérêt pour le cinéma et sur les façons de l'animer
- Être un minimum à l'aise avec du matériel informatique

> Rendez-vous et inscriptions



Lundi 28 septembre

Mardi 29 septembre

Mercredi 30 septembre

Jeudi 1^{er} octobre

Vendredi 2 octobre



Les **inscriptions** se font auprès de Simon Blot :
- 06 49 11 37 30
- 03 85 36 62 06



Les lieux de formation seront déterminés en fonction des lieux de résidence des personnes intéressées.



COMMUNICATION

> Prise de parole

La voix et le corps au service de sa communication

> Objectifs généraux

- Apprendre à avoir confiance en soi
- Apprendre à avoir conscience de son corps
- Apprendre à avoir conscience de ses émotions
- Découvrir les outils de communication

> Contenu

Travail sur la voix pour se sentir à l'aise :

- Travail sur le placement de sa voix
- Méthodes d'échauffement vocal

Prise de conscience de son corps :

- Méthodes d'échauffement corporel
- Analyse et décryptage de ses émotions
- Travail sur le placement corporel

Désamorçage des situations de conflits :

- Découverte de la communication non violente
- Découverte de diverses méthodes de médiation
- Echanges sur les difficultés rencontrées par les participant·es dans le monde associatif

Entraînements à partir de situations réelles :

- Travail d'improvisation et mise en scène

> Moyens pédagogiques

- Formation dispensée par un salarié de la Fédération ayant de l'expérience dans le monde du théâtre et du coaching
- Groupe de 12 participant·es maximum

> Conditions d'accès

- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole
- Repas pris en charge

> Pré-requis

- Aucun pré-requis nécessaire

> Rendez-vous et inscriptions



Jeudi 24 septembre



De 9 h 30 à 16 h (accueil dès 9 h)



La Grange Rouge, La Chapelle Naude (71500)
(142 route de Vauvret)



Inscriptions jusqu'au 10 septembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Mercredi 7 octobre



De 9 h 30 à 16 h (accueil dès 9 h)



La Pimenterie, St-Point (71520)
(1789 route du Lac)



Inscriptions jusqu'au 23 septembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Mercredi 14 octobre



De 9 h 30 à 16 h (accueil dès 9 h)



Théâtre des Tilleuls, St-Gengoux-le-N^{al} (71460)
(11 rue de la Tuillerie)



Inscriptions jusqu'au 30 septembre :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Vous pouvez également vous inscrire par
téléphone : **03 85 36 62 06**



COMMUNICATION

> Outils numériques

Réseaux sociaux : se familiariser avec Facebook et Instagram



> Objectifs généraux

- Connaître les particularités et les différences de chaque plateforme
- Connaître les règles de base d'utilisation
- Gagner en autonomie dans sa communication

> Contenu

Découverte de Facebook et Instagram :

- Création d'un compte
- Découverte des interfaces
- Éléments importants à paramétrer
- Différences entre les deux plateformes

Explications sur l'utilisation :

- Fonctionnement d'un point de vue technique
- Règles et usages : heures de publication, fréquence...
- Utilisation simultanée des deux plateformes

Mise en lumière des risques :

- Echanges autour des points de vigilance ou des dangers

> Moyens pédagogiques

- Formation dispensée par la chargée de communication de la FDFR 71 accompagnée d'un·e bénévole du réseau
- Groupe de 10 participant·es maximum
- Support remis aux participant·es à l'issue de la formation

> Conditions d'accès

- Formation gratuite
- Ouverte à tout·e bénévole
- Repas pris en charge

> Pré-requis

- Aucun pré-requis en communication nécessaire
- Être un minimum à l'aise avec un ordinateur, un smartphone et Internet
- Apporter un ordinateur portable (la FD peut en prêter un si besoin)

> Rendez-vous et inscriptions



Samedi 21 novembre



De 10 h à 16 h (accueil dès 9 h 30)



Salle de la Cure, Ozenay (71700)
(1098 route de Brancion, Mairie)



Inscriptions jusqu'au 6 novembre minuit :
- portail formations des bénévoles BFC : [ici](#)



Vous pouvez également vous inscrire par
téléphone : **03 85 36 62 06**

CALENDRIER DES FORMATIONS

Sujets traités	Intitulé	Objectifs	Rendez-vous	Date limite
COMMUNICATION > Outils numériques	Bases de la communication et initiation à Canva	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte des règles de communication • Découverte de Canva • Exercices pratiques 	<ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 30 sept. Chalon-sur-Saône • Samedi 12 déc. S^t-Julien-de-Jonzy 	<ul style="list-style-type: none"> • 18 septembre • 27 novembre
INGENIERIE > Gestion de projets	Initiation à la méthodologie de projet	<ul style="list-style-type: none"> • Valorisation de ses actions • Utilisation d'outils d'animation d'intelligence collective 	<ul style="list-style-type: none"> • Samedi 12 sept. Chalon-sur-Saône • Samedi 3 oct. S^t-Julien-de-Jonzy • Samedi 7 nov. Fontaines • Samedi 14 nov. La-Chapelle-Naude • Samedi 5 déc. Ozenay 	<ul style="list-style-type: none"> • 28 août • 18 septembre • 23 octobre • 30 octobre • 20 novembre
INGENIERIE > Comptabilité	Principes de base de la comptabilité associative et découverte de BasiCompta[®]	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte des bases • Utilisation d'un plan comptable • Utilisation de BasiCompta[®] 	<ul style="list-style-type: none"> • Mercredi 26 août Baudemont • Samedi 3 oct. Fontaines 	<ul style="list-style-type: none"> • 12 août • 18 septembre
INGENIERIE > Gestion de projet (cinéma)	Mise en oeuvre d'une séance de cinéma	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte du matériel professionnel • Capacité à assurer des projections de qualité en autonomie 	<ul style="list-style-type: none"> • Lundi 28 sept. <i>A venir</i> • Mardi 29 sept. <i>A venir</i> • Mercredi 30 sept. <i>A venir</i> • Jeudi 1^{er} oct. <i>A venir</i> • Vendredi 2 oct. <i>A venir</i> 	<i>Inscriptions auprès de Simon Blot</i>
COMMUNICATION > Prise de parole	La voix et le corps au service d'une communication efficace, décontractée et personnelle	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisition de la conscience de son corps, sa voix et ses émotions • Découverte de divers outils (CNV...) 	<ul style="list-style-type: none"> • Jeudi 24 sept. La-Chapelle-Naude • Mercredi 30 sept. S^t-Point • Mercredi 14 oct. S^t-Gengoux-le-N^{al} 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 septembre • 23 septembre • 30 septembre
COMMUNICATION > Outils numériques	Réseaux sociaux : se familiariser avec Facebook et Instagram	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte de chaque plateforme • Découverte des règles d'utilisation • Mise en lumière des dangers 	<ul style="list-style-type: none"> • Samedi 21 nov. Ozenay 	<ul style="list-style-type: none"> • 6 novembre

MODALITES D'INSCRIPTION

Par **téléphone** auprès de la Fédération du lundi au vendredi, 9 h - 12 h 30 / 13 h 30 - 17 h :

03 85 36 62 06

En **ligne** sur le portail régional du Mouvement Associatif :

ici

Et pour toute question, n'hésitez pas à joindre la Fédération !

Rappel : afin que le maximum de structures différentes puissent participer,
merci de venir à deux au maximum.



COORDONNEES

Fédération Départementale des Foyers Ruraux de Saône-et-Loire
Hameau de l'Eau Vive
71 960 La Roche Vineuse

Tél. : 03 85 36 62 06 | Mail : fdfr.71@wanadoo.fr | Site : <https://fdfr71.foyersruraux.org>

Du lundi au vendredi, 9 h - 12 h 30 / 13 h 30 - 17 h

REMERCIEMENTS

La Fédération tient à remercier toutes les structures pour leur accueil et la mise à disposition de leur matériel.



Une partie de ces formations vous sont proposées grâce au FDVA.