# S'organiser en maraichage pour éviter le burn-out

## Co-organisée avec la FD CIVAM du Gard et CORAL Occitanie

### Objectifs

■ Être capable de planifier et organiser son travail sur la ferme. ■ Connaître des outils de planification et d'organisation du travail en individuel et à plusieurs. ■ Connaître des techniques pour garder l'esprit clair au quotidien et des méthodes pour assurer des relations fluides avec son entourage professionnel tout au long de la saison de production.

### Enjeux

Le maraîchage est un métier particulièrement exigeant. Il constitue une charge mentale importante pour le producteur. Une planification rigoureuse du travail prenant en compte toutes les dimensions du métier et une organisation efficace de chaque intervention permettent de diminuer fortement la pression quotidienne tout en augmentant l'efficacité.

### Pré-requis

Aucun pré-requis nécessaire

### Contenu

• Planifier selon toutes les dimensions de l'activité sa saison, sa semaine, sa journée de travail.
• S'organiser pour être plus efficace : bases sur le fonctionnement du cerveau humain, exemple pratique
• Bien travailler à plusieurs : Bases et méthodes pour une communication saine, organiser le travail et mener une réunion efficace
• Identifier les obstacles à suivre sa planification et les difficultés personnelles dans le travail en groupe
• Mise en pratique : planification d'une journée-type, d'une intervention, d'une réunion, mise en situation, ...

### Modalité d'enseignement

présentiel

### Infos complémentaires

**Durée de la formation** 1 jour(s)
**Date limite d'inscription** 25/01/2022

**Tarifs**
Adhérent 196€
Non adhérent 196€
Non agricole 196€
gratuit pour les agriculteurs éligibles VIVEA
Autres fonds de formation, nous contacter

**Plus de renseignements**
Céline Mendes
celine.mendes@bio34.com
CIVAM bio 34
Maison des Agriculteurs B
Mas de Saporta CS 50023
34875
LATTES
Tel. 04 67 06 23 90
N° d'organisme de formation : 91340782734

**Taux de satisfaction :** %

**Modalités d'accès :** Accessibilité PSH : Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter afin d'étudier les aménagements possibles.

### Dates, lieux et intervenants

| | | |
|---|---|---|
| **25 janv 2022**<br>09:00 - 17:00 (7hrs) | 30250 Sommières | Jean-François Cavalier<br>formateur<br>et ancien maraîcher |

### Co-organisateur(s)

### Partenaire(s)

### Financeur(s)

### Financement de la formation et pièces à fournir

Les contributeurs VIVEA doivent être à jour de leur cotisation au fond de formation, les personnes en démarches d'installation doivent fournir l'attestation délivrée par le point info installation

### Bulletin d'inscription

Nom _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Prénom _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Adresse : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Code postal : _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Commune _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Courriel _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Téléphone _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

EATP / cotisant de solidarité / PPP / demandeur d'emploi / autre : _ _ _ _ _ _ _ _ _

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