CATALOGUE DES FORMATIONS ET ATELIERS 2026

benevolat neuchatel

En tant qu'association faîtière, bénévolat neuchâtel informe, oriente, conseille, forme et crée des liens dans le but de valoriser le bénévolat et de promouvoir la vie associative à l'échelle cantonale.

Cette année, nous avons le plaisir de vous proposer un panel de formations à des prix accessibles et dispensées par des formateur·rices professionnel·les spécialisé·es ainsi que différents ateliers.

Les formations et les ateliers s'adressent à toute personne bénévole ou salariée, faisant partie d'une association du canton de Neuchâtel.

Les formations permettent de :

- réfléchir au sens de son action
- renforcer l'engagement et le sentiment d'appartenance
- approfondir ses connaissances (savoir, savoir-faire, savoir-être) et acquérir des compétences spécifiques
- améliorer la qualité de son engagement
- favoriser l'épanouissement personnel

Les ateliers offrent des espaces d'échanges et de réflexions, des renseignements, des réponses, des outils et un renforcement des connaissances.

Les formations et les ateliers sont des lieux de rencontres et d'enrichissements. Ils donnent l'occasion de se retrouver en groupe avec d'autres bénévoles et acteur·rices du monde associatif de tous horizons permettant des partages d'expériences et de connaissances.

Les membres de bénévolat neuchâtel bénéficient d'un tarif préférentiel et d'un accès prioritaire.

Les inscriptions se font en ligne sur notre site :

benevolat-ne.ch/formations.

Veuillez prendre note des conditions de participation à la page 27.

benevolat neuchatel

- Hôtel des Associations • Louis-Favre 1 • 2000 Neuchâtel
- 032 886 89 00 • Lundi au jeudi 8h30 à 11h30
- Pantin • Ronde 5 • 2300 La Chaux-de-Fonds • Mardi et jeudi 9h à 12h
- www.benevolat-ne.ch
- benevolat-neuchatel.formations@ne.ch

formations et ateliers 2026

1 Premiers secours BLS-AED - Massage cardiaque
Jeudi 19 février 2026 de 8h00 à 11h30 Page 6

2 Bénévoles au volant - Conduire en confiance
Jeudi 12 mars 2026 de 14h à 16h Page 7

3 Premiers pas en bénévolat
Cadre, rôles, limites et bonnes pratiques
Mercredi 25 mars 2026 de 18h à 21h Page 8

4 Introduction à la gouvernance partagée-distribuée
Mardi 21 avril 2026 de 18h à 21h ATELIER Page 9

5 Accompagnement et prévention
Ergonomie des mouvements et postures
Mercredi 22 avril 2026 de 18h à 20h Page 10

6 Comment poser des limites en tant que bénévole
Mercredi 29 avril 2026 de 9h à 17h Page 11

7 Mieux écouter pour mieux communiquer
Jeudi 21 mai 2026 de 9h à 16h30 Page 12

8 SOS réseaux sociaux
Mercredi 27 mai 2026 de 17h à 19h ATELIER Page 13

9 Coopérer et communiquer en équipe
Jeudi 28 mai 2026 de 9h à 16h30 Page 14

10 Lancer son association
Mercredi 3 juin 2026 de 17h30 à 20h ATELIER Page 15

11 Stratégie et techniques de recherche de fonds
Jeudi 11 juin 2026 de 9h à 16h30 Page 16

Suite des formations et des ateliers page 4

formations et ateliers 2026

12 L'association en tant qu'employeur
Mercredi 17 juin 2026 de 18h à 21h
ATELIER
Page 17

13 Premiers pas en bénévolat
Cadre, rôles, limites et bonnes pratiques
Mercredi 2 septembre 2026 de 17h30 à 20h30
Page 18

14 Pièges et astuces dans la jungle juridique des associations
Mardi 8 septembre 2026 de 18h à 20h30
ATELIER
Page 19

15 Acquérir des outils de gestion de conflit
Mercredi 16 septembre 2026 de 9h à 16h30
Page 20

16 Créer du contenu avec l'IA : Une communication digitale impactante et toujours humaine !
Mercredi 21 octobre 2026 de 9h à 17h
Page 21

17 Bénévolat et migration
Compétences transculturelles
Jeudi 29 octobre 2026 de 9h à 16h30
Page 22

18 Lancer son association
Jeudi 5 novembre 2026 de 17h30 à 20h
ATELIER
Page 23

19 Renforcer vos connaissances dans l'accompagnement des aîné·es
Jeudi 12 novembre 2026 de 9h à 17h
Page 24

20 La Communication NonViolente, un outil pour votre association
Mercredi 25 novembre 2026 de 9h à 17h
ATELIER
Page 25

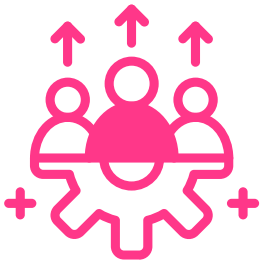
Le saviez-vous ? Quelques mots sur bénévolat neuchâtel
Page 26

Conditions de participation
Page 27

Se former pour mieux agir !

La formation est un investissement qui valorise les bénévoles et les personnes engagées dans une association, professionnalise les pratiques et dynamise la vie associative.

Une association solide et dynamique repose sur des personnes bien préparées. L'objectif des formations et des ateliers est de soutenir les participant·es dans leurs missions, tout en leur donnant confiance et autonomie dans leurs actions. La formation constitue un levier clé pour accompagner les bénévoles, les personnes salariées et soutenir les associations.



Se former c'est

- Développer ou actualiser ses compétences
- Entretenir et dynamiser sa motivation
- Améliorer la confiance en soi
- Partager des savoir-faire et des passions
- Valoriser, sécuriser et réfléchir à son engagement

retour au sommaire

formation 1

Premiers secours BLS-AED
Massage cardiaque

Date et lieu — **Jeudi 19 février 2026 de 8h à 11h30**
Salle des Samaritains, rue du 1er Mars 14, Neuchâtel

Intervenants — Samaritains Neuchâtelois

Public cible — Personnes en activité au sein d'une association.
Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles membres.

Prix — CHF 40.- membres
CHF 80.- non membres
Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres

Participant·es — 6 à 16 personnes

Objectifs

- Prodiguer les premiers secours en cas d'arrêt cardiaque jusqu'à l'arrivée des professionnel·les
- Se sentir en confiance dans son activité bénévole auprès de personnes âgées, malades et/ou à mobilité réduite

Contenu

Cette formation permet d'entraîner, de façon variée et ludique, les mesures BLS-AED en cas d'arrêt cardiaque (BLS=Basic Life Support) ainsi que la manière d'utiliser un défibrillateur (AED=Automated Esternal Defibrillation), dans le cadre de différents scénarios réalistes.
Le cours traite, entre autres, des thèmes suivants :

- Identifier et évaluer les situations d'urgence, infarctus du myocarde et accident vasculaire cérébral inclus
- Résoudre les problèmes dans les situations d'urgence
- Mettre les personnes inconscientes en position latérale de sécurité
- Entraîner les compétences de base (première évaluation, massage cardiaque, ventilation, défibrillation à l'aide de l'AED)

Méthode

Théorie avec supports variés, pratique sur mannequin pour la partie massage cardiaque et entre participant·es pour la mise en posture latérale.

Une fois la formation terminée, vous recevez l'attestation du cours BLS-AED-SRC (valide 2 ans). Une répétition est conseillée au-delà de ce délai.

Délai d'inscription **Vendredi 6 février 2026**

retour au sommaire

formation 2

Bénévoles au volant
Conduire en confiance

Date et lieu	**Jeudi 12 mars 2026 de 14h à 16h (théorie)** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenant	François Orlando, moniteur auto-école Orlando, Neuchâtel
Public cible	Conducteur·rices bénévoles. Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles membres.
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

- Revoir les principales règles du code de la route
- Connaître les nouvelles réglementations
- Adopter les bons réflexes
- Augmenter la confiance, la sécurité et le confort au volant

Contenu

Cette formation offre une occasion de revoir les bases de la théorie de la circulation routière et d'être à jour avec les nouvelles lois et règles. Elle permet également de se sensibiliser aux autres par une conduite préventive et de trouver les bons ajustements, afin d'être bien installé·e au volant de son véhicule et d'assurer des déplacements en toute sécurité.

Méthode

La formation comprend deux modules :

- Un module théorique de 2 heures en groupe
- Un module pratique de 50 minutes à bord de la voiture personnelle accompagné·e du moniteur (le rendez-vous sera fixé directement avec le moniteur lors du cours théorique)

Délai d'inscription **Vendredi 27 février 2026**

retour au sommaire

formation 3

Premiers pas en bénévolat
Cadre, rôles, limites et bonnes pratiques

Date et lieu	**Mercredi 25 mars 2026 de 18h à 21h** Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel
Intervenantes	Annick Gonseth et Norma Honegger, coresponsables à bénévolat neuchâtel
Public cible	Bénévoles en début d'activité ou sur le point de s'engager
Prix	Gratuit
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

- Connaître le cadre général du bénévolat
- Identifier les enjeux d'un engagement bénévole
- Mieux comprendre sa place et son rôle au sein de l'organisation

Contenu

bénévolat neuchâtel propose une soirée destinée aux personnes qui viennent de commencer ou qui vont démarrer une activité bénévole.
Cette sensibilisation sera l'occasion d'aborder les différentes facettes d'un engagement bénévole : motivations, attentes, cadre, rôles, limites, règles d'or et de partager les premières expériences vécues, afin de s'engager de manière éclairée.

Méthode

Alternance d'apports théoriques et de dynamiques participatives axées sur l'échange d'expériences et l'analyse de situations.

Délai d'inscription **Jeudi 12 mars 2026**

retour au sommaire

atelier 4

Introduction à la gouvernance partagée-distribuée

ATELIER

Date et lieu	**Mardi 21 avril 2026 de 18h à 21h** Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel
Intervenantes	Manon Schwab, facilitatrice et formatrice sur la gouvernance partagée-distribuée et la stratégie collaborative Norma Honegger, coresponsable à bénévolat neuchâtel
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	Gratuit pour les membres CHF 40.- pour les non membres
Participant·es	6 à 15 personnes

Objectifs

- Comprendre et expérimenter les principes fondamentaux de la gouvernance partagée-distribuée, afin de renforcer la coopération, la qualité des relations et la prise de décision collective
- Comprendre les changements de posture qu'elle implique
- Identifier les conditions favorisant l'intelligence collective et la coopération au sein d'un groupe
- Expérimenter des outils concrets facilitant l'expression, l'écoute et la participation de chacun·e

Contenu

Cet atelier propose une exploration de la gouvernance partagée-distribuée en abordant :

- Le paradigme organisationnel de la gouvernance partagée-distribuée et ses impacts sur la cohésion des groupes, la motivation des personnes et l'organisation collective
- Les grands principes de la gouvernance partagée-distribuée
- Des outils pratiques favorisant la qualité des relations interpersonnelles, l'expression de chacun·e et le développement de l'intelligence collective
- Les principaux processus de prise de décision collective, avec un focus sur l'expérimentation de la décision par consentement.

Méthode

Une pédagogie active alternant apports théoriques, expérimentations, échanges et retours d'expérience, permettant une appropriation concrète et directement transférable des outils proposés.

Délai d'inscription **Vendredi 10 avril 2026**

retour au sommaire

formation 5

Accompagnement et prévention
Ergonomie des mouvements et postures

Date et lieu	**Mercredi 22 avril 2026 de 18h à 20h** Salle des Samaritains, rue du 1er Mars 14, Neuchâtel
Intervenants	Samaritains Neuchâtelois
Public cible	Bénévoles auprès de personnes âgées et/ou à mobilité réduite. Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles membres.
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	6 à 16 personnes

Objectifs

- Améliorer la santé, la sécurité et le bien-être lors des déplacements
- Apprendre les bons gestes pour un accompagnement adapté aux besoins des bénéficiaires
- Se sentir en confiance dans son activité bénévole auprès de personnes âgées, malades et/ou à mobilité réduite

Contenu

Cette formation permet d'entraîner les postures et les bons gestes liés à l'accompagnement et au transport de personnes, tout en préservant la santé et le confort.

Il sera abordé notamment la manière d'entrer et de sortir du véhicule, les escaliers, les trottoirs et les gestes quotidiens en lien avec l'accompagnement de personnes (aides à la marche, pour se lever et s'asseoir).

Méthode

Théorie avec supports variés, travail de groupe et pratique entre participant·es.

Délai d'inscription **Jeudi 9 avril 2026**

retour au sommaire

formation 6

Comment poser des limites en tant que bénévole

Date et lieu	**Mercredi 29 avril 2026 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Dominique Wohlhauser, psychologue FSP - psychothérapeute ASP, psychothérapie expressive, formatrice d'adultes avec brevet fédéral et passionnée de danse
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectif

- Comprendre l'importance de poser des limites dans l'action bénévole pour préserver l'efficacité, le sécurité et le bien-être de chacun·e
- Apprendre à exprimer ses limites de manière claire et bienveillante
- Identifier les ressources (référents, procédures internes, outils de soutien)

Contenu

Même si le bénévolat est souvent décrit comme un « engagement », celui-ci ne va pas sans un bon usage des limites. Dans cet élan généreux et solidaire du bénévolat, comment la « juste » distance posée entre soi et l'autre permet un engagement pouvant se déployer à sa pleine mesure tout en respectant ses limites personnelles, en les reconnaissant et en les inscrivant dans un contexte institutionnel.
Des limites découle la « juste » distance : se sentir en sécurité comme bénévole, car pleinement dans son champ d'engagement.
Elle permet alors de vivre l'accompagnement en écoutant, en éprouvant, en ressentant le champ relationnel tout en prenant conscience des limites de la relation au niveau institutionnel, statutaire et personnel.

Méthode

Cette formation, au travers de quelques éléments théoriques, vise à sensibiliser les bénévoles au champ relationnel, nous aborderons la distance affective, le tissage relationnel de soi à l'autre et les limites.

Délai d'inscription **Jeudi 16 avril 2026**

retour au sommaire

formation 7

Mieux écouter pour mieux communiquer

Date et lieu	**Jeudi 21 mai 2026 de 9h à 12h et de 13h à 16h30** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenant	Luc Wilhelm, formateur en relations humaines depuis près de 30 ans, formé notamment à l'approche "Personnalité et Relations Humaines" (PRH)
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectifs

- Comprendre le processus d'écoute et en dégager les éléments-clés
- Identifier les attitudes fondamentales pour une écoute active
- Découvrir sa manière d'écouter et celle des autres

Contenu

L'écoute est une clé centrale de l'accueil et de l'accompagnement des personnes. Au coeur de tout bénévolat, il y a la rencontre et au coeur de toute rencontre, l'écoute en est l'élément clé.

Cette formation aborde les éléments du processus d'écoute, l'écoute profonde ainsi que les attitudes fondamentales qui lui sont liées : le non-jugement, la foi en l'autre, la proximité, l'authenticité et le respect de la liberté de l'autre.

Méthode

Apports théoriques et pratiques, exercices et mises en situation.

Délai d'inscription **Jeudi 7 mai 2026**

retour au sommaire

SOS réseaux sociaux

ATELIER

Date et lieu	**Mercredi 27 mai 2026 de 17h à 19h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Laure Jolidon, fondatrice de l'agence de communication digitale Jolimind et formatrice spécialiste des réseaux sociaux
Public cible	Personnes en charge de la communication au sein d'une association
Prix	CHF 25.- membres CHF 50.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

- Offrir un espace pour échanger autour des réseaux sociaux
- Répondre aux questions concrètes des participant·es
- Donner des clés simples et pratiques pour mieux communiquer en ligne

Contenu

Vous gérez les réseaux sociaux d'une association et vous avez une question précise sur leur utilisation ?
Vous vous demandez comment ajouter un lien dans vos stories, comprendre vos statistiques ou mieux organiser vos visuels ?
Pendant deux heures, une spécialiste des réseaux sociaux répond à vos questions en direct.

Méthode

Le format est participatif et rythmé : chacun·e vient avec une problématique concrète, traitée en une dizaine de minutes. Les réponses sont partagées à voix haute, pour permettre à tou·tes de bénéficier des échanges et repartir avec de nouvelles idées.

Délai d'inscription **Lundi 11 mai 2026**

atelier 8

retour au sommaire

formation 9

Coopérer et communiquer en équipe

Date et lieu	**Jeudi 28 mai 2026 de 9h à 12h et 13h à 16h30** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Ariane Trabelsi, psychologue FSP, intervient dans les domaines des ressources humaines, de la formation et l'accompagnement d'organisation
Public cible	Personne en activité au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

Offrir des outils pour
- favoriser la compréhension des personnalités différentes
- optimaliser la communication et les synergies en équipe

Contenu

Cette formation vise à connaître les ingrédients pour un travail d'équipe efficace. Créer un esprit d'équipe et favoriser la coopération de tous·tes est un défi dans une équipe de travail composée de personnalités différentes. Ces fonctionnements différents peuvent également être source de tension et impacter sur le résultat du travail du groupe. Des outils concrets permettront de mieux se connaître pour mieux connaître les autres, surtout en situation de stress, de valoriser les différences et les complémentarités dans une équipe et de désamorcer les tensions éventuelles.

Les thèmes et concepts suivants seront abordés :

- Les quatre modes de fonctionnement
- Les sources de tensions possibles
- Les modes de communication
- Le feed-back et l'écoute active
- L'intelligence collective en équipe
- S'affirmer et faire passer des messages constructifs

Méthode

Apports théoriques et pratiques, exercices et mises en situation.

Délai d'inscription **Jeudi 14 mai 2026**

retour au sommaire

Lancer son association

ATELIER

Date et lieu	**Mercredi 3 juin 2026 de 17h30 à 20h** Le Pantin, rue de la Ronde 5, La Chaux-de-Fonds
Intervenantes	Norma Honegger et Annick Gonseth, coresponsables à bénévolat neuchâtel
Public cible	Membres de comités de nouvelles associations
Prix	Gratuit
Participant·es	6 à 10 personnes, 1 représentant·e par association

Objectifs

- Connaître les bases légales pour créer une association
- Définir la mission de l'association : enjeux, public-cible et prestations
- Se questionner sur le contexte, les valeurs, les compétences, les rôles et les responsabilités en lien avec le projet associatif

Contenu

Cet atelier propose un espace d'échanges et de réflexions sur la création d'une association. Il permet également d'aborder les fondements d'une bonne gouvernance.

Méthode

Présentation interactive avec apports théoriques, moments d'échanges et questions.

Pré-requis

Avoir un projet de création d'association.

Délai d'inscription **Vendredi 22 mai 2026**

atelier 10

retour au sommaire

formation 11

Stratégie et techniques de recherche de fonds

Date et lieu	**Jeudi 11 juin 2026 de 9h à 12h et 13h à 16h30** Le Pantin, rue de la Ronde 5, La Chaux-de-Fonds
Intervenante	Sonya Martin Pfister, cofondatrice et présidente de Booster Bridge
Public cible	Personnes en charge de la recherche de fonds dans une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectifs

- Elaborer les grandes lignes d'une stratégie de recherche de fonds
- Identifier les différentes sources de financement
- Cerner les attentes des donateur·rices
- Poser les éléments permettant de construire des dossiers de demandes de fonds et d'autres supports de communication

Contenu

Cette formation permet d'optimiser le travail de recherche de fonds de votre association en diversifiant les sources de financement et en développant des outils de communication adaptés aux attentes des donateur·rices institutionnel·les et/ou privé·es.

Méthode

Apports de connaissances théoriques illustrées par un grand nombre d'exemples concrets, d'exercices individuels et d'échanges avec les participant·es.

Délai d'inscription **Vendredi 29 mai 2026**

retour au sommaire

atelier 12

L'association en tant qu'employeur

ATELIER

Date et lieu	**Mercredi 17 juin 2026 de 18h à 21h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenant	QuidJuris, association active dans le conseil juridique, créée en 2011 par quatre juristes diplômés de la Faculté de Droit de l'UNIL
Public cible	Membres de comités associatifs
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 10 personnes

Objectifs

- Différencier un contrat de travail d'un contrat de mandat, d'entreprise ou de bénévolat
- Connaître la formation et l'extinction d'un contrat de travail
- Avoir un panorama des obligations essentielles de l'employeur

Contenu

Cet atelier a pour but de permettre aux membres d'associations de comprendre et d'appréhender les rapports juridiques qui lient l'association et des membres ou des tiers, et de s'assurer de leur respect du droit applicable.

Les thèmes suivants seront abordés :
- Les différences entre un contrat de travail et d'autres types de contrat fréquents dans la vie associative
- Les principales règles qui cadrent la naissance et l'extinction d'un contrat de travail
- Les obligations les plus importantes de l'employeur et les conséquences de la violation de certaines d'entre elles.

Méthode

Cet atelier mélange des apports théoriques choisis et des études de cas. Les participant·es sont invité·es à partager leurs expériences pour qu'elles puissent profiter, comme les observations qu'elles susciteront, aux autres.

Délai d'inscription **Jeudi 4 juin 2026**

retour au sommaire

formation 13

Premiers pas en bénévolat
Cadre, rôles, limites et bonnes pratiques

Date et lieu — **Mercredi 2 septembre 2026 de 17h30 à 20h30**
Le Pantin, rue de la Ronde 5, La Chaux-de-Fonds

Intervenantes — Annick Gonseth et Norma Honegger, coresponsables à bénévolat neuchâtel

Public cible — Bénévoles en début d'activité ou sur le point de s'engager

Prix — Gratuit

Participant·es — 8 à 12 personnes

Objectifs

- Connaître le cadre général du bénévolat
- Identifier les enjeux d'un engagement bénévole
- Mieux comprendre sa place et son rôle au sein de l'organisation

Contenu

bénévolat neuchâtel propose une soirée destinée aux personnes qui viennent de commencer ou qui vont démarrer une activité bénévole.
Cette sensibilisation sera l'occasion de partager les premières expériences vécues et d'aborder les différentes facettes d'un engagement bénévole : motivations, attentes, cadre, rôles, limites, règles d'or, etc.

Méthode

Alternance d'apports théoriques et de dynamiques participatives axées sur l'échange d'expériences et l'analyse de situations.

Délai d'inscription **Jeudi 20 août 2026**

retour au sommaire

Pièges et astuces dans la jungle juridique des associations

ATELIER

Date et lieu	**Mardi 8 septembre 2026 de 18h à 20h30** Le Pantin, rue de la Ronde 5, La Chaux-de-Fonds
Intervenant	Dimitri Paratte, avocat et conseiller juridique de bénévolat neuchâtel
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	Gratuit pour les membres CHF 40.- pour les non membres
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

- Se familiariser avec les bases légales et le droit des associations
- Aborder le domaine des limites juridiques à la comptabilité associative
- Sensibiliser aux responsabilités collectives et individuelles au sein des associations
- Echanger sur des cas pratiques

Contenu

L'atelier débutera par une présentation et permettra ensuite de répondre aux questions d'ordre juridique qui émergeront chez les participant·es.

Méthode

Apports de connaissances théoriques et d'études de cas.
Mise en pratique et échanges avec les participant·es.

Délai d'inscription **Vendredi 28 août 2026**

atelier 14

retour au sommaire

formation 15

Acquérir des outils de gestion de conflit

Date et lieu	**Mercredi 16 septembre 2026 de 9h à 12h et 13h à 16h30** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Astrid Berger, médiatrice CSMC et coach PCC
Public cible	Personnes engagé·es dans une association et membres de comités associatifs
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectifs

- Identifier les signes précoces d'un conflit
- Connaître les étapes de la gestion de conflit
- Améliorer l'écoute active et la communication bienveillante
- Utiliser les outils présentés dans la gestion de conflit

Contenu

Le conflit fait partie de notre vie. Il est souvent facteur de développement et d'évolution. Mieux vaut donc bien le gérer, afin d'y apporter les meilleures solutions possibles.

Plan de formation :
- Reconnaître un conflit
- Les types de comportement lors d'un conflit
- Les étapes de la résolution de conflit
- Pratiquer plusieurs outils qui facilitent la résolution de conflit
- Mise en pratique à travers des jeux de rôles /Analyse des situations des participants et mise en pratique

A l'issue de la formation, le/la participant·e sera capable d'utiliser les outils découverts pendant la formation afin de gérer les situations conflictuelles avec plus d'aisance.

Méthode

Support powerpoint avec moment d'échanges, démonstration (par la formatrice ou le ou la participant.e), expérimentation, simulations et jeux de rôle.

Délai d'inscription **Jeudi 3 septembre 2026**

retour au sommaire

formation 16

Créer du contenu avec l'IA : une communication digitale impactante et toujours humaine !

Date et lieu	**Mercredi 21 octobre 2026 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Laure Jolidon, fondatrice de l'agence de communication digitale Jolimind et formatrice spécialiste des réseaux sociaux
Public cible	Personnes en charge de la communication au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 12 personnes

Objectifs

- Découvrir les possibilités concrètes offertes par l'intelligence artificielle pour créer du contenu adapté au monde associatif
- Apprendre à utiliser des outils accessibles pour générer des textes, des visuels et des vidéos
- Gagner du temps dans la création tout en préservant la personnalité et la crédibilité de sa communication
- Comprendre les bonnes pratiques en matière d'éthique et de protection des données liées à l'IA

Contenu

Une journée pour explorer comment utiliser l'IA dans vos communications : posts pour les réseaux sociaux, articles de blog, newsletters, visuels, vidéos,... Vous découvrirez des outils concrets et accessibles, des cas pratiques, et des astuces pour rester humain et cohérent, même avec une IA en renfort.

Méthode

Alternance de démonstrations en direct, d'exercices pratiques et de temps d'échange. Les outils utilisés seront simples, gratuits ou avec version gratuite.

Pré-requis

Ce cours s'adresse à des personnes à l'aise avec un ordinateur et la navigation Internet. Pas besoin de connaissances techniques.

Délai d'inscription **Jeudi 8 octobre 2026**

retour au sommaire

formation 17

Bénévolat et migration
Compétences transculturelles

Date et lieu	**Jeudi 29 octobre 2026 de 9h à 12h et de 13h à 16h30** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Sarah Grosjean Dia, coresponsable formations Suisse romande, OSAR
Public cible	Personnes oeuvrant dans un contexte de diversité dans le cadre de leur bénévolat ou de leur travail au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 14 personnes

Objectifs

- Identifier et donner sens aux facteurs individuels et culturels en interaction chez soi comme chez l'autre dans la relation interpersonnelle
- Analyser et adapter la posture personnelle selon la diversité des interactions
- Reconnaître les ressources et les points d'amélioration en situations interculturelles
- Mobiliser des connaissances spécifiques et développer des pistes pratiques pour mieux communiquer et collaborer avec des publics issus de la migration

Contenu

Dans notre pratique professionnelle ou dans le cadre de notre bénévolat, nous sommes amené·es à interagir avec des personnes d'origines diverses, aux parcours hétérogènes. Cette formation permet d'aborder les concepts de culture, de compétences transculturelles, ainsi que certaines dimensions sensibles de la communication interculturelle. Sur la base d'une grille de lecture proposée par la formatrice, les participant·es examinent des situations concrètes en vue de mieux gérer les défis de la communication et de la collaboration interculturelle.

Méthode

Tâches collaboratives, analyse de cas et élaboration de pistes de travail.

Délai d'inscription **Mercredi 14 octobre 2026**

retour au sommaire

atelier 18

Lancer son association

ATELIER

Date et lieu — **Jeudi 5 novembre 2026 de 17h30 à 20h**
Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel

Intervenantes — Norma Honegger et Annick Gonseth, coresponsables à bénévolat neuchâtel

Public cible — Membres de comités de nouvelles associations

Prix — Gratuit

Participant·es — 6 à 10 personnes, 1 représentant·e par association

Objectifs

- Connaître les bases légales pour créer une association
- Définir la mission de l'association : enjeux, public-cible et prestations
- Se questionner sur le contexte, les valeurs, les compétences, les rôles et les responsabilités en lien avec le projet associatif

Contenu

Cet atelier propose un espace d'échanges et de réflexions sur la création d'une association. Il permet également d'aborder les fondements d'une bonne gouvernance.

Méthode

Présentation interactive avec apports théoriques, moments d'échanges et questions.

Pré-requis

Avoir le projet de créer une association.

Délai d'inscription **Vendredi 23 octobre 2026**

retour au sommaire

formation 19

Renforcer vos connaissances dans l'accompagnement des aîné·es

Date et lieu	**Jeudi 12 novembre 2026 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Yasmina Konow, formatrice santé social, infirmière, animatrice en gérontologie spécialisée dans les troubles cognitifs
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectifs

- Connaître les processus de vieillissement
- Développer des outils de communication
- Acquérir des astuces pour l'accompagnement du quotidien

Contenu

Cette formation permet de mieux comprendre qui sont les personnes âgées d'aujourd'hui, quels sont leurs besoins spécifiques et comment les accompagner.

Les sujets suivants seront abordés :
- Pathologies fréquentes et besoins spécifiques des personnes âgées : les connaître, les prévenir et les repérer
- Comment entrer en relation et communiquer avec elles
- L'isolement et la solitude des personnes âgées, la place que vous occupez dans leur vie
- Quelles sont leurs ressources et comment les valoriser
- Astuces et idées pratiques d'accompagnement
- Collaborer avec la famille : votre rôle et vos limites
- Associations ressources dans le canton de Neuchâtel
- Partage des expériences et questions

Méthode

Apports théoriques et situations du quotidien.

Délai d'inscription **Vendredi 30 octobre 2026**

retour au sommaire

La Communication NonViolente, un outil pour votre association

ATELIER

Date et lieu	**Mercredi 25 novembre 2026 de 9h à 12h et 13h30 à 17h** Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
Intervenante	Aurélie Jaecklé, formatrice certifiée par le Centre de la Communication Nonviolente
Public cible	Personnes en activité au sein d'une association
Prix	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
Participant·es	8 à 15 personnes

Objectifs

- Découvrir et pratiquer la Communication NonViolente (CNV) selon le processus de Marshall Rosenberg
- Acquérir des compétences pour s'exprimer sans agresser et écouter sans s'effacer ni s'offenser
- Repérer et maîtriser les obstacles à la communication et agir dessus
- Approfondir sa capacité d'écoute de soi

Contenu

La Communication NonViolente est un processus de communication pragmatique et efficace, qui permet d'être clair·e, cohérent·e et congruent·e dans la communication, tout en étant ouvert·e et dans la compréhension de l'autre. Elle a été mise au point dans les années 1960 par Marshall B. Rosenberg, docteur en psychologie, élève et collaborateur de Carl Rogers.

Déroulé pédagogique (peut être adapté selon les besoins du groupe) :

- Présentation du processus CNV, exemple et réponse aux questions
- Comment s'écouter et revenir à soi dans les situations tendues et conflictuelles ?
- S'exprimer de manière authentique avec la CNV
- Comment rejoindre l'autre dans sa réalité, même en cas de désaccord

Méthode

Échanges de pratiques, apports théoriques et retour à la pratique (exercices et résolution de problèmes).

Délai d'inscription **Jeudi 12 novembre 2026**

atelier 20

Le saviez-vous ?

bénévolat neuchâtel est une association à but non lucratif, faîtière d'associations et d'organisations qui recourent au bénévolat organisé dans le canton de Neuchâtel.

Nous avons pour but de promouvoir et de valoriser le bénévolat et la vie associative dans le canton de Neuchâtel en offrant

formation et appui • conseil et soutien • aide et accompagnement

aux bénévoles et aux acteur·rices associatif·ves du canton.

bénévolat neuchâtel propose

- Des formations, des ateliers et des sensibilisations au bénévolat
- Un annuaire des associations en ligne
- Des appels à bénévoles en ligne
- Des entretiens personnels pour trouver l'activité bénévole qui vous convient
- Des entretiens de conseil offerts aux associations
- Un Dating du bénévolat
- Une aide à la création d'association
- Des FAQ et des ressources en ligne

bénévolat neuchâtel fêtera ses 50 ans en 2026, restez informé·e des activités et des événements en lien avec ce jubilé tout au long de l'année !

Pour plus d'informations, consultez notre site benevolat-ne.ch.

retour au sommaire

Conditions de participation aux formations et aux ateliers

Inscription

- Les formations et les ateliers s'adressent à toute personne engagée dans une association en tant que bénévole ou salariée dans le canton de Neuchâtel.
- Les inscriptions se font en ligne sur notre site :

  benevolat-ne.ch/formations

  Les personnes qui ne sont pas à l'aise avec l'informatique peuvent nous contacter par téléphone.
- Les inscriptions sont prises en considération par ordre d'arrivée, avec une priorité pour les associations membres de bénévolat neuchâtel.
- Chaque inscription est confirmée par courriel au participant ou à la participante.

Paiement des frais de participation

- Les frais de participation sont payables d'avance par virement bancaire dès la confirmation définitive de bénévolat neuchâtel.
- Les inscriptions sont fermes. Le non-paiement de la formation n'est pas considéré comme une annulation de l'inscription.
- Une réduction est accordée à toute personne, bénévole ou salariée, faisant partie d'une association membre de bénévolat neuchâtel.

Remboursement

- En cas d'annulation ou de report de la formation par bénévolat neuchâtel, les frais de participation sont remboursés.
- Toute annulation d'inscription intervenant à moins de 14 jours avant la formation peut faire l'objet d'un remboursement uniquement sur présentation d'un certificat.
- En cas d'absence non justifiée, les frais de participation restent dûs.

Vous avez un besoin spécifique ?

Un thème vous intéresse particulièrement ?

N'hésitez pas à nous le faire savoir !

benevolat neuchatel

• Hôtel des Associations • Louis-Favre 1 • 2000 Neuchâtel
• 032 886 89 00 • Lundi au jeudi 8h30 à 11h30
• Pantin • Ronde 5 • 2300 La Chaux-de-Fonds • Mardi et jeudi 9h à 12h
• www.benevolat-ne.ch
• benevolat-neuchatel.formations@ne.ch