



CATALOGUE DES  
FORMATIONS ET  
ATELIERS 2025



benevolat  
euchatel

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](http://benevolat-ne.ch/formations).**

Veuillez prendre note des conditions de participation à la **page 23**.

**benevolat  
neuchâtel**

- Hôtel des associations • Rue Louis-Favre 1 • 2000 Neuchâtel
- 032 886 89 00 • du lundi au jeudi de 8h30 à 11h30
- [www.benevolat-ne.ch](http://www.benevolat-ne.ch)
- [benevolat-neuchatel.formations@ne.ch](mailto:benevolat-neuchatel.formations@ne.ch)

- 1 Premiers secours BLS-AED - Massage cardiaque**  
Jeudi 20 février 2025 de 13h30 à 17h Page 5

---
- 2 Aide à la mobilité - Accompagnement des personnes**  
Jeudi 6 mars 2025 de 9h à 11h Page 6

---
- 3 Pièges et astuces dans la jungle juridique des associations**  
Mardi 11 mars 2025 de 18h à 20h - **Atelier** Page 7

---
- 4 Bénévoles au volant - Conduire en confiance**  
Jeudi 13 mars 2025 de 14h à 16h Page 8

---
- 5 Bénévolat et migration - Compétences transculturelles**  
Jeudi 20 mars 2025 de 9h à 16h30 Page 9

---
- 6 Un comité efficace et durable, c'est possible**  
Jeudi 27 mars 2025 de 9h à 16h30 Page 10

---
- 7 Stratégie et techniques de recherche de fonds**  
Mercredi 9 avril 2025 de 9h à 16h30 Page 11

---
- 8 Lancer son association**  
Mercredi 14 mai 2025 de 17h30 à 20h - **Atelier** Page 12

---
- 9 Mieux écouter pour mieux communiquer**  
Jeudi 15 mai 2025 de 9h à 16h30 Page 13

---
- 10 Comment créer du contenu tendance et impactant pour vos réseaux sociaux**  
Jeudi 22 mai 2025 de 9h à 17h Page 14

---
- 11 Quels outils pour valoriser, fidéliser et accompagner les bénévoles ?**  
Lundi 2 juin 2025 de 17h à 20h30 Page 15

---
- 12 Renforcer vos connaissances dans l'accompagnement des aîné-es**  
Mercredi 3 septembre 2025 de 9h à 17h Page 16

---
- 13 Prendre soin du collectif pour éviter l'épuisement associatif**  
Jeudi 11 septembre 2025 de 14h à 17h Page 17

---

Suite des formations et des ateliers [page 4](#)

<b>14</b>	<b>Comité, à votre santé !</b> Mardi 16 septembre 2025 de 18h à 20h - Atelier	Page 18
<b>15</b>	<b>Introduction au bénévolat</b> En savoir plus pour débiter une activité bénévole Jeudi 23 octobre 2025 de 14h à 17h	Page 19
<b>16</b>	<b>Le conflit - que dit-il de la relation ?</b> Mercredi 29 octobre 2025 de 9h à 17h	Page 20
<b>17</b>	<b>Lancer son association</b> Jeudi 13 novembre 2025 de 17h30 à 20h - Atelier	Page 21
<b>18</b>	<b>Comprendre et tenir la comptabilité de son association</b> Mercredi 19 novembre 2025 de 9h à 17h	Page 22
	<b>Conditions de participation</b>	Page 23

## Pourquoi se former ?

- 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

# Premiers secours BLS-AED

## Massage cardiaque

---

<b>Date et lieu</b>	Judi 20 février 2025 de 13h30 à 17h Salle des Samaritains, rue du 1er Mars 14, Neuchâtel
<b>Intervenants</b>	Samaritains Neuchâtelois
<b>Public cible</b>	Personnes en activité au sein d'une association. Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles.
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	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 External 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 7 février 2025

**Inscription**

# Aide à la mobilité

## Accompagnement des personnes

---

<b>Date et lieu</b>	Jeudi 6 mars 2025 de 9h à 11h Salle des Samaritains, rue du 1er Mars 14, Neuchâtel
<b>Intervenants</b>	Samaritains Neuchâtelois
<b>Public cible</b>	Bénévoles auprès de personnes âgées et/ou à mobilité réduite. Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles.
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	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 votre santé et votre 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** Vendredi 21 février 2025

**Inscription**

# Pièges et astuces dans la jungle juridique des associations

---

**Date et lieu** Mardi 11 mars 2025 de 18h à 20h  
Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel

**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 20.- 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** Mercredi 26 février 2025

[Inscription](#)



# Bénévoles au volant

## Conduire en confiance

---

<b>Date et lieu</b>	Judi 13 mars 2025 de 14h à 16h (théorie) Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenant</b>	François Orlando, moniteur auto-école Orlando, Neuchâtel
<b>Public cible</b>	Conducteur-rices bénévoles. Une priorité sera accordée aux bénévoles des groupes de transports bénévoles membres.
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 12 personnes

---

### Objectifs

- Conserver la confiance sur la route avec les nouvelles réglementations
- Augmenter la sécurité et le confort au volant
- Se sentir à l'aise dans son activité bénévole

### 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.

### 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 28 février 2025

**Inscription**



# Bénévolat et migration

## Compétences transculturelles

---

<b>Date et lieu</b>	Jeudi 20 mars 2025 de 9h à 12h et de 13h à 16h30 Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Sarah Grosjean Dia, coresponsable formations Suisse romande, OSAR
<b>Public cible</b>	Personnes oeuvrant dans un contexte de diversité dans le cadre de leur bénévolat ou de leur travail au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	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** Vendredi 7 mars 2025

**Inscription**

# Un comité efficace et durable, c'est possible ?

---

<b>Date et lieu</b>	Judi 27 mars 2025 de 9h à 12h et 13h à 16h30 Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Noémie Cheval, cofondatrice du Réseau Transition Suisse romande, formatrice, designeuse de formation et facilitatrice d'écopédagogie
<b>Public cible</b>	Membres de comités associatifs ou en devenir
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 12 personnes

---

## Objectifs

- Transmettre des connaissances théoriques et pratiques de la dynamique de groupe
- Donner aux participant-es une série d'outils simples, efficaces et facilement reproductibles pour améliorer la vie du groupe (cadre et règles sécuritaires, écoute active, travail sur la posture, vision collective, prise de décision collective, etc.)
- Offrir un espace de partage d'expériences autour des réalités vécues par chacun-e

## Contenu

Cette formation propose d'appréhender les bases de la dynamique de groupe et de repartir outillé-e pour soutenir une culture du faire-ensemble positive, efficace et durable.

Elle se base sur l'expérience du Réseau Transition Suisse Romande, du Transition Network International et sur les approches issues, entre autres, de l'Université du Nous, du travail sensoriel, de la Communication Non Violente et de l'Intelligence coopérative.

## Méthode

Apports théoriques, partages d'expériences, expérimentation et travaux pratiques - travail individuel et en groupes.

---

**Délai d'inscription** Vendredi 14 mars 2025

[Inscription](#)

# Stratégie et techniques de recherche de fonds

---

<b>Date et lieu</b>	Mercredi 9 avril 2025 de 9h à 12h et 13h à 16h30 Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Sonya Martin Pfister, cofondatrice et présidente de Booster Bridge
<b>Public cible</b>	Personnes en charge de la recherche de fonds dans une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	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 28 mars 2025

**Inscription**

# Lancer son association

---

<b>Date et lieu</b>	Mercredi 14 mai 2025 de 17h30 à 20h Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel
<b>Intervenantes</b>	Norma Honegger et Annick Gonseth, coresponsables à bénévolat neuchâtel
<b>Public cible</b>	Membres de comités de nouvelles associations
<b>Prix</b>	Gratuit
<b>Participant-es</b>	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 2 mai 2025

**Inscription**

# Mieux écouter pour mieux communiquer

---

<b>Date et lieu</b>	Jeudi 15 mai 2025 de 9h à 12h et de 13h à 16h30 Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenant</b>	Luc Wilhelm, formateur en relations humaines depuis près de 30 ans, formé notamment à l'approche "Personnalité et Relations Humaines" (PRH)
<b>Public cible</b>	Personnes en activité au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	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** Vendredi 2 mai 2025

**Inscription**

# Comment créer du contenu tendance et impactant pour vos réseaux sociaux ?

---

<b>Date et lieu</b>	Jeudi 22 mai 2025 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Laure Jolidon, fondatrice de l'agence de communication digitale Jolimind et formatrice spécialiste des réseaux sociaux
<b>Public cible</b>	Personnes en charge de la communication au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 12 personnes

---

## Objectifs

- Maîtriser les différents types de contenus disponibles sur les réseaux sociaux et leur efficacité spécifique pour les associations
- Définir une stratégie de contenu pertinente et réaliste pour votre association
- Acquérir des techniques de rédaction adaptées aux spécificités des réseaux sociaux
- Maîtriser la création de visuels impactants et conformes aux meilleures pratiques des plateformes ciblées
- Découvrir les bonnes pratiques pour la création de vidéo avec smartphone et pratiquer le tournage et montage d'une courte vidéo

## Contenu

Cette formation a pour but de vous faire découvrir de manière très pratique les différents outils utilisés au quotidien par les community managers. Après une courte introduction sur les différents contenus, les tendances et leur utilisation, plusieurs exercices vous permettront de pratiquer la rédaction pour les réseaux sociaux, la création de visuels et le montage vidéo. A la fin de cette formation, vous serez en mesure d'animer vos réseaux sociaux de manière dynamique grâce aux posts, stories et Reels.

## Méthode

Cette formation est orientée sur la pratique et la prise en main des logiciels usuels des community managers : Meta Business Suite, Canva et Capcut (liste soumise à modification).

## Pré-requis

Ce cours pratique s'adresse à des personnes à l'aise à l'ordinateur comme sur leur téléphone. Une première expérience des réseaux sociaux est recommandée (idéalement, compte Instagram actif).

---

**Délai d'inscription** Vendredi 9 mai 2025

**Inscription**

# Quels outils pour valoriser, fidéliser et accompagner les bénévoles ?

---

<b>Date et lieu</b>	Lundi 2 juin 2025 de 17h à 20h30 Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenantes</b>	Ellia Meylan, spécialiste bénévolat à Caritas Vaud et Isabelle von Mural, consultante en gestion associative à Bénévolat Vaud
<b>Public cible</b>	Personnes en charge des bénévoles au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 12 personnes

---

## Objectifs

- Identifier les enjeux et les mécanismes d'un engagement bénévole
- Obtenir un éclairage théorique sur la conduite de bénévoles
- Disposer d'outils et de pratiques facilitant l'accompagnement et la fidélisation des bénévoles

## Contenu

Cette formation aborde les questions relatives à l'encadrement des bénévoles et traite des relations entre la personne, l'organisation et le ou la responsable au travers d'aspects théoriques (don, motivation, dynamique de l'autonomie) et d'aspects pratiques utiles à mettre en place (charte, accord de bénévolat, etc.).

## Méthode

Exposé magistral interactif avec moments d'échanges et questions.

---

**Délai d'inscription** Mercredi 21 mai 2025

**Inscription**



# Renforcer vos connaissances dans l'accompagnement des aîné·es

---

**Date et lieu** Mercredi 3 septembre 2025 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** Jeudi 21 août 2025

[Inscription](#)

# Prendre soin du collectif pour éviter l'épuisement associatif

---

<b>Date et lieu</b>	Judi 11 septembre 2025 de 14h à 17h Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Noémie Cheval, cofondatrice et formatrice du Réseau Transition Suisse Romande, designeuse de formation et facilitatrice d'écopédagogie
<b>Public cible</b>	Membres de comités associatifs
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 10 personnes

---

## Objectifs

- Identifier ce qu'est l'épuisement associatif et ses causes
- Évaluer son propre niveau d'épuisement et celui de son collectif
- Comprendre ce qu'est la dimension intérieure de l'engagement collectif
- Identifier ses propres limites (ce qui est enthousiasmant, ce qui épuisant) dans l'engagement collectif
- Mobiliser plusieurs approches et outils pour prendre soin du « faire ensemble » et entretenir la motivation et l'enthousiasme pour soi et dans le collectif

## Contenu

Cet atelier a pour but d'outiller les participant-es pour prendre soin du faire ensemble positif au sein des collectifs et des projets.

À travers des apports théoriques, du travail individuel et en groupes, des partages d'expériences, avec les outils issus notamment du travail de Joanna Macy, les participant-es aborderont ensemble ce qu'ils-elles ont déjà fait (ou pas) pour intégrer des éléments et processus intérieurs à leurs actions et leurs projets. Des exemples seront partagés afin d'écrire les prochaines étapes pour avancer en prenant soin de leur durabilité intérieure, et celle de leurs collectifs.

## Méthode

L'atelier comprend une variété d'activités : apprentissage, travail émotionnel, discussions et échanges entre participant-es. Les exercices impliquent le corps, le mental, les émotions.

---

**Délai d'inscription** Vendredi 29 août 2025

**Inscription**

# Comité à votre santé !

---

<b>Date et lieu</b>	Mardi 16 septembre 2025 de 18h à 20h Hôtel des Associations, rue Louis-Favre 1, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Isabelle von Muralt, consultante en gestion associative et responsable des formations à Bénévolat Vaud
<b>Public cible</b>	Membres de comités associatifs
<b>Prix</b>	Gratuit pour les membres CHF 20.- pour les non-membres
<b>Participant-es</b>	6 à 15 personnes

---

## Objectifs

- Identifier des thématiques, des enjeux ou des situations difficiles rencontrées au sein de son comité
- Echanger autour des thématiques choisies en groupe
- Se soutenir et partager des bonnes pratiques entre pairs dans un cadre confidentiel
- Continuer les échanges de manière informelle autour d'un apéritif

## Contenu

Cet atelier propose un espace dédié aux membres de comité associatifs afin de se rencontrer et d'échanger entre pairs. En effet, le travail indispensable des membres de comité est un investissement sur le long terme pour la bonne marche de l'association. Il peut être éprouvant et reste souvent invisible. A la longue, les personnes risquent de s'épuiser, de manquer de reconnaissance ou de ressentir un sentiment de solitude.

## Méthode

Echanges de pratiques en intelligence collective.

---

**Délai d'inscription** Mercredi 3 septembre 2025

**Inscription**

# Introduction au bénévolat

## En savoir plus pour débiter une activité bénévole

---

<b>Date et lieu</b>	Jeudi 23 octobre 2025 de 14h à 17h Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Annick Gonseth, animatrice-formatrice, coresponsable à bénévolat neuchâtel
<b>Public cible</b>	Bénévoles en début d'activité ou sur le point de s'engager
<b>Prix</b>	Gratuit
<b>Participant-es</b>	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 demi-journée 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** Vendredi 10 octobre 2025

**Inscription**

# Le conflit, que dit-il de la relation ?

---

<b>Date et lieu</b>	Mercredi 29 octobre 2025 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenante</b>	Dominique Wohlhauser, psychologue FSP - psychothérapeute ASP, psychothérapie expressive, formatrice d'adultes avec brevet fédéral et passionnée de danse
<b>Public cible</b>	Personnes en activité au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 15 personnes

---

## Objectif

- Définir la notion de conflit
- Connaître les différentes stratégies pour gérer la relation dans la situation de conflit
- Gérer au mieux les tensions, les conflits et les impacts émotionnels
- Connaître les étapes du conflit avec l'échelle de Glasl

## Contenu

Toute situation relationnelle, y compris dans le cadre d'une activité bénévole, est susceptible de faire naître des conflits. Ces derniers prennent différentes formes de nature individuelle, mais également collective.

Le conflit est souvent porteur d'une signification difficile. Cependant, il dit quelque chose de la relation :

- Qu'en dit-il ?
- Quels liens avec les tensions, les émotions et les jeux de pouvoir ?
- Que faire des conflits ?

Nous tenterons, au travers de quelques éléments théoriques autour du conflit, de faire résonner les situations concrètes amenées par les participant-e-s.

## Méthode

Apports d'éléments théoriques reliés à des situations très concrètes amenées par les participant-es.

---

**Délai d'inscription** Jeudi 16 octobre 2025

**Inscription**

# Lancer son association

---

**Date et lieu** Jeudi 13 novembre 2025 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 31 octobre 2025

[Inscription](#)

# Comprendre et tenir la comptabilité de son association

---

<b>Dates et lieu</b>	Mercredi 19 novembre 2025 de 9h à 12h et 13h30 à 17h Union commerciale, Coq-d'Inde 24, 1er étage, Neuchâtel
<b>Intervenant</b>	Mathias Gautschi, administrateur culturel
<b>Public cible</b>	Personnes en charge de la trésorerie au sein d'une association
<b>Prix</b>	CHF 40.- membres CHF 80.- non membres Gratuit pour les groupes de transports bénévoles membres
<b>Participant-es</b>	8 à 15 personnes

---

## Objectifs

- Mettre en place et tenir une comptabilité d'association
- Boucler l'exercice et présenter les comptes annuels
- Établir un budget (de projet, de trésorerie)
- Comprendre et analyser un bilan et un compte d'exploitation
- Être au clair avec les aspects légaux et fiscaux de son association (responsabilités, exonération, TVA, etc.)

## Contenu

Cette formation permet d'acquérir et/ou de renforcer les compétences utiles à la gestion financière d'une association.

Thèmes abordés durant la formation :

- Le bilan (actif-passif)
- Le compte de résultat (charges-produits)
- Le débit et le crédit
- Bouclements et comptes annuels
- Analyse des comptes
- Notions de révisions
- Notions de fiscalité et exonération

## Méthode

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

---

**Délai d'inscription** Jeudi 6 novembre 2025

**Inscription**



# Conditions de participation

---

## 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](https://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 • Rue Louis-Favre 1 • 2000 Neuchâtel
- 032 886 89 00 • du lundi au jeudi de 8h30 à 11h30
- [www.benevolat-ne.ch](http://www.benevolat-ne.ch)
- [benevolat-neuchatel@ne.ch](mailto:benevolat-neuchatel@ne.ch)