

# Catalogue formations.

Formations à destination  
du secteur associatif

**2024 - 2025**

Des formations pour vous accompagner dans la construction d'une citoyenneté active au sein de votre association et permettre à chacun·e de mieux s'adapter aux évolutions de la société.

Ce que les participant·e·s en disent :

“ Dynamique et enrichissant ”

“ On apprend des choses que l'on n'apprend pas forcément dans la vie ”

“ Oser parler devant les autres, opposer ses idées. Pouvoir développer ce qu'on a à dire ”

“ ça donne confiance en soi ”

“ Cela nous aide à nous exprimer et à réfléchir ”

- 1 Médias et numériques critiques** **p. 3**  
Les femmes dans les médias  
Arnaques et fake sur Internet, comment s'y retrouver ?  
Information « à la carte » ou comment comprendre le monde aujourd'hui  
Les impacts environnementaux et sociaux du numérique
- 2 L'enfer, c'est les autres ?** **p. 7**  
Stéréotypes et préjugés  
Travailler avec un public multiculturel
- 3 Prévenir les violences** **p. 9**  
Analyse et prévention contre le harcèlement et les violences sexistes  
Comprendre les violences institutionnelles
- 4 Comprendre les institutions** **p. 11**  
Comprendre la Belgique fédérale  
Objectifs élections  
Justice à la barre
- 5 Aborder la gestion financière** **p. 15**  
Le dessous des taxes  
Mon salaire, mes impôts et moi
- 6 Stimuler la participation citoyenne** **p. 17**  
Citoyen du concept à l'action  
Les initiatives citoyennes  
Développer un projet de transition écologique et solidaire
- 7 Réfléchir à sa consommation** **p. 21**  
Introduction à l'alimentation durable  
La lecture des étiquettes alimentaires  
Le gaspillage alimentaire  
Le commerce équitable « Ekichoc »  
Les pièges du supermarché
- 8 Logements et espaces publics** **p. 25**  
Logements seniors : quels choix ?  
L'habitat alternatif  
Acheter son premier bien immobilier
- 9 Comprendre le contexte politique et économique** **p. 29**  
L'eau potable dans nos régions : nouvel enjeu majeur  
Énergies fossiles, frein à la transition énergétique en Belgique  
Le Green Deal comme vecteur d'une transition « socialement juste » ?  
Taxonomie européenne : instrument de greenwashing ?

# Sommaire ●



# Médias et numériques critiques

La société actuelle est profondément marquée par l'omniprésence des médias et des nouvelles technologies numériques. Tandis que le paysage médiatique majoritairement dominé par des intérêts privés, influence les lignes éditoriales ainsi que notre quotidien et la perception que l'on peut avoir du monde.

Partant de ces différents constats, Citoyenneté & Participation propose des formations qui ont pour objectif principal de garantir que chaque citoyen puisse accéder à une information vérifiée, objective et de qualité. Mais aussi de comprendre les mécanismes et le langage propres à l'univers des médias afin de pouvoir décrypter les messages et participer activement au débat public.

Les participant·e·s, par le biais de discussions et de questionnement ainsi que l'utilisation d'outils pédagogiques spécifiques, pourront développer leur esprit critique et envisager notamment une utilisation responsable et consciente des réseaux sociaux. De plus, en prenant conscience des biais cognitifs existants, le/la participant·e pourra aborder différemment la désinformation.

Fidèles aux principes de l'éducation non formelle, nous privilégions un apprentissage par l'expérience où chaque activité est vue comme un lieu de rencontre et d'échange permettant la co-construction des savoirs et l'exercice de compétences transversales (argumentation, écoute...) dans un cadre bienveillant.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

## Les femmes dans les médias

La formation s'adresse à un public souhaitant s'interroger sur l'image, la place et les représentations des femmes dans les médias. En regard des critiques et développements proposés par les mouvements féministes depuis plusieurs décennies, une approche de genre apparaît comme de plus en plus nécessaire dans l'analyse et l'éducation aux médias.

### Cet atelier vise à...

- se questionner autour de la représentation quantitative et qualitative des femmes dans différents médias ;
- sensibiliser le public à différentes problématiques liées à la représentation médiatique des femmes (hyper-sexualisation, pinkwashing, (cyber-)harcèlement sexuel, moindre présence des femmes à l'écran, etc) ;
- développer une vue d'ensemble de ces problématiques au travers d'exemples issus de différents médias (médias journalistiques, réseaux sociaux, cinéma et jeux-vidéo).

### En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>5 &gt; 20</b> personnes	<b>2h00</b>	<b>165 euros</b> + frais de déplacement

## Arnaques et fake sur Internet, comment s'y retrouver ?

Face à l'explosion des arnaques en ligne et des fausses infos, il est devenu essentiel de développer ses connaissances du net et son esprit critique pour surfer plus tranquille. Internet est devenu un espace de liberté planétaire exceptionnel. Malheureusement son fonctionnement n'est pas parfait et a notamment montré que les fausses nouvelles connaissent un succès inattendu. Il est devenu important de les repérer et de les vérifier. Et désormais, un nombre croissant d'arnaques voit le jour et se perfectionnent d'autant plus avec l'arrivée de l'intelligence artificielle.

Cette conférence s'adresse aux citoyens qui désirent ne plus subir les défauts d'internet et qui ont envie d'en comprendre les mécanismes pour mieux y faire face.

### En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>3 &gt; 20</b> personnes	<b>3h00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

# Information « à la carte » ou comment comprendre le monde aujourd'hui

Encore qualifiée de quatrième pouvoir il y a peu, la presse est aujourd'hui sous le feu des critiques. Pourquoi un tel désamour des citoyens et comment s'informer désormais face au flux incessant de messages sur le net ?

## Cet atelier vise à...

- comprendre comment l'information est générée et diffusée aujourd'hui ;
- saisir les tenants et aboutissants des groupes de presse belges francophones et comment la liberté de la presse est de plus en plus fragile aujourd'hui ;
- percevoir les intentions d'un producteur de message à travers titres, angles d'articles, nom de l'auteur ou encore choix des photos ;
- s'interroger un instant : sommes-nous sur-informés, informés ou sous-informés ? Comment nous informons-nous ?
- élargir sa vision de la presse et découvrir des journalismes alternatifs voire engagés ;
- concevoir qu'Internet peut être le meilleur et le pire outil d'information. Comment s'y retrouver et en faire un usage efficace ?
- se forger un esprit critique pour appréhender sereinement les flots d'informations auxquels nous devons faire face.

## En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>3 &gt; 20</b> personnes (voire plus)	<b>3 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

# Les impacts environnementaux et sociaux du numérique

Internet est très souvent présenté comme la panacée aux problèmes environnementaux voire même sociaux, avec ses économies de papiers ou de déplacements carbonés. La dématérialisation nous permettrait de réduire notre empreinte carbone, de gagner de la place, de réaliser des économies. Pourtant, les choses ne sont pas si simples.

## Cet atelier vise à...

- identifier les impacts environnementaux et sociaux du numérique ;
- comprendre le fonctionnement des datas et les enjeux de ce nouveau business ;
- poser la question des limites de ce nouveau système particulièrement intrusif (cookies, géolocalisation, économie de l'attention...) et de l'accès à ces nouvelles technologies pour les citoyens ;
- prendre conscience du combat démocratique de l'Union européenne pour réglementer un système encore très anarchique et dominé par quelques plateformes ;
- réfléchir ensemble à des solutions ;
- penser l'avenir du web pour une utilisation plus éthique et plus démocratique.

## En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>3 &gt; 25</b> personnes	<b>3 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement





# L'enfer, c'est les autres ?

À travers cette thématique, Citoyenneté & Participation propose différents ateliers qui ont pour objectif d'améliorer et construire le « vivre ensemble » tant au niveau personnel que professionnel.

Par le biais de mises en situation, de partage d'expériences les participant·e·s réfléchissent à leur posture lorsque l'altérité est malmenée.

Ces ateliers permettent également d'envisager de nouvelles manières d'accueillir la diversité ; de façon sereine, sans préjugés, sans discrimination et cela dans le but de tirer parti des atouts individuels et collectifs afin de « travailler ensemble » et favoriser une société plus inclusive.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

## Stéréotypes et préjugés

Notre formation sur les stéréotypes et les préjugés est conçue pour explorer leur impact sur nos interactions quotidiennes.

### Cet atelier vise à...

- comprendre la nature des stéréotypes et des préjugés, définir ces concepts et examiner comment ils se forment dans nos sociétés ;
- développer des compétences de remise en question des préjugés, apprendre à reconnaître et à remettre en question ses propres stéréotypes et préjugés, ainsi que ceux des autres ;
- sensibiliser à l'impact des stéréotypes, expliquer comment les stéréotypes peuvent influencer nos perceptions, nos attitudes et nos comportements envers les autres ;
- comprendre les effets de la discrimination sur les personnes stigmatisées et connaître les pistes de solutions pour lutter contre la discrimination.

### En pratique

“ Les exercices présentés par la formatrice qui nous plongeait dans les préjugés (à qui louer un flat) ; on réalise qu'on en fait tous et qu'il faut y être attentif. ”

#### Public

Tout public  
≥ **16 ans**

#### Groupe

**16**  
personnes  
maximum

#### Durée

**3h00**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

## Travailler avec un public multiculturel

Quotidiennement, que ce soit dans une relation d'intervention (sociale et éducative) individuelle ou collective (groupes d'animation, classe, mais aussi au sein de nos équipes), nous travaillons et collaborons avec des personnes issues de multiples cultures. Cette diversité de perceptions et de comportements peut conduire à des incompréhensions, voire des conflits.

Grâce à cette formation, nous vous proposons de découvrir et vous familiariser avec les concepts clés de la démarche interculturelle : à travers des exercices pratiques et le partage d'expériences, les participant·e·s découvriront des outils pour décoder ce qui se joue dans la relation et expérimenter la négociation interculturelle.

### En pratique

#### Public

Professionnel·le·s  
en contact  
avec un public  
multiculturel

#### Groupe

**8 > 16**  
personnes

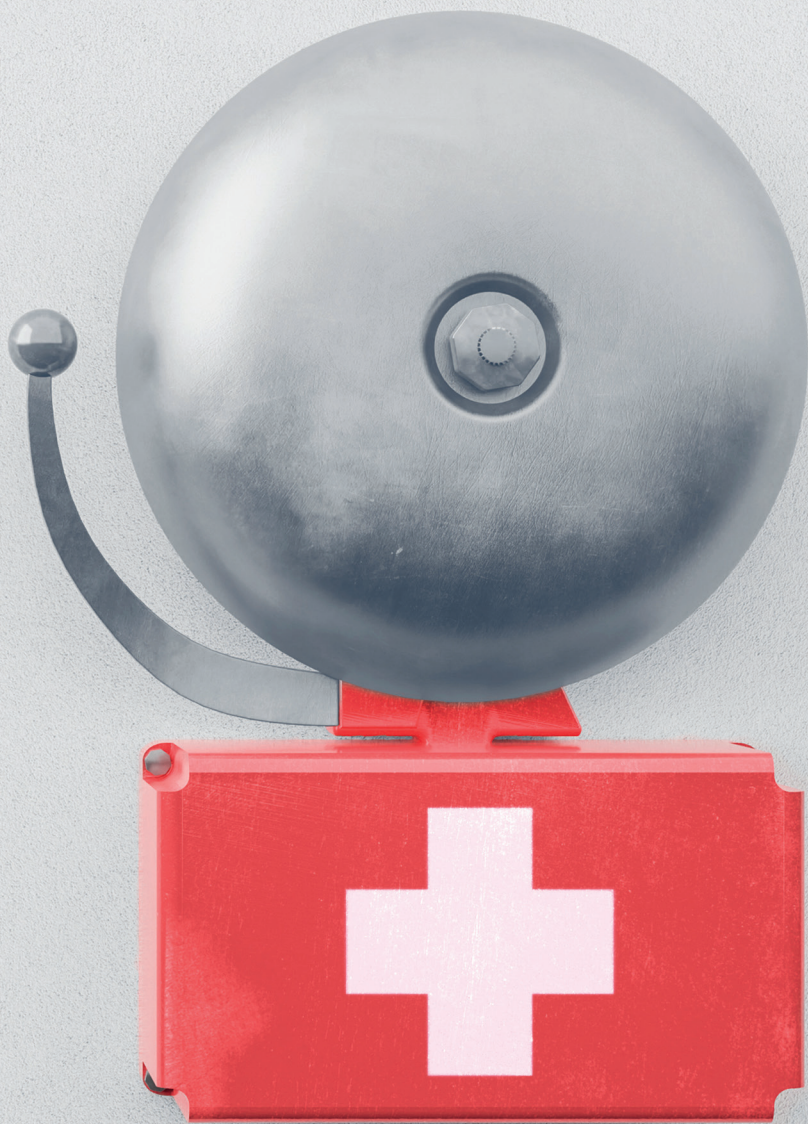
#### Durée

**3h00**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

# Prévenir les violences



Les formations proposées par Citoyenneté & Participation se veulent être un espace bienveillant d'échanges et de discussions favorable à l'apprentissage.

Elles ont pour objectif de sensibiliser et d'éduquer les individus sur les dynamiques et les impacts des violences exercées dans notre société et contribuent également à la création de systèmes plus justes et plus inclusifs.

Grâce à des mises en situations et une démarche aussi bien ludique que didactique, les participant·e·s sont amené·e·s à développer leur conscience critique. Prendre connaissance de ces phénomènes systémiques et comprendre leurs dynamiques et leurs impacts leur permettra ensuite de pouvoir agir à leur tour concrètement pour lutter contre toutes les formes de violences.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

# Analyse et prévention contre le harcèlement et les violences

Les discriminations sexistes sévissent au sein des différentes sphères qui constituent la société (au travail, à l'école ou toute autre type d'organisation). Elles structurent notre organisation sociale et peuvent entraîner de réelles conséquences néfastes d'un point de vue social, économique ou politique. C'est pourquoi, sensibiliser et prévenir de ces violences relève d'une importance centrale.

Réalisée avec le soutien de la Haute École Lucia de Brouckère, cette formation vise dans un premier temps à s'interroger et à comprendre les mécanismes en place qui composent le système patriarcal tout comme les violences qui en découlent (dont le harcèlement). Au-delà de la sensibilisation, cet atelier amène aussi un regard critique sur la société et encourage le partage des expériences de chacun·e à travers des échanges, des moments de débats et des mises en situation. *In fine* et dans une visée plus pratique, la formation propose aussi des outils de prévention ainsi que des informations relatives aux moyens de signalement et de plainte.

heldb  
haute école  
lucia de brouckère

## En pratique

Possibilité d'adapter cette formation aux publics scolaires à partir de 14 ans.

Publics	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>18 ans</b> Scolaire ≥ <b>14 ans</b>	<b>20</b> personnes maximum	<b>4 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

## Comprendre les violences institutionnelles

Nos institutions génèrent-elles des violences ? Dans le contexte actuel de désordre, voire de crise de ces institutions, de quelles violences parlons-nous ? En quels lieux et par qui ? Sur quelles bases ? Comment se superposent et s'entremêlent causes et conséquences ?

Pour répondre à ces nombreuses questions, cette formation propose de réfléchir au concept de violences institutionnelles, de comprendre leurs origines et d'examiner les divers mécanismes en œuvre qui les génèrent. En alliant notions théoriques et activités participatives, cet atelier pousse à réfléchir de manière collective aux notions de violence et d'institution ainsi qu'aux éventuelles marges de manœuvre à mettre en place pour contrer ces violences.

## En pratique

Possibilité d'adapter cette formation aux publics scolaires à partir de 16 ans.

Publics	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>18 ans</b> Scolaire ≥ <b>16 ans</b>	<b>20</b> personnes maximum	<b>3 h 30</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement



# Comprendre

# les insitutions

Comprendre et cerner les systèmes institutionnel et judiciaire belges n'est pas toujours évident. Citoyenneté & Participation propose une série d'ateliers ludiques en groupe qui permettent aux participant·e·s, grâce à différents outils didactiques de s'interroger tant de manière individuelle que collective sur les grands principes d'un état démocratique.

Toutes nos formations sont pensées comme un espace de rencontre et d'échange bienveillant propice à l'acquisition de connaissances et de compétences.

Durant ces ateliers, il sera notamment question de revenir sur l'histoire de la Belgique et sur les différentes phases qui ont mené au paysage institutionnel et juridique actuel.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

# Comprendre la Belgique fédérale

En s'appuyant sur une frise chronologique, cette formation permet de mieux comprendre les évolutions historiques (économiques, politiques, sociales et linguistiques) qui ont participé au passage d'une Belgique unitaire vers un État fédéral. À l'issue de cette formation, les élèves seront à même d'identifier les missions, les compétences et le fonctionnement des différents niveaux de pouvoir belge afin de mieux comprendre la complexité de nos entités fédérées.

## En pratique

### Public

Tout public  
≥ **16 ans**

### Groupe

**3 > 20**  
personnes

### Durée

**3h00**

### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

# Objectif élections

La Belgique est une Monarchie constitutionnelle basée sur le principe de la démocratie représentative et donc parlementaire. Qui dit démocratie représentative dit élections... Cet atelier se veut ludique au travers notamment d'activités participatives sur l'histoire du droit de vote ou encore un jeu de rôle sur les partis politiques sans préciser le nom de ceux-ci ni leur idéologie.

## En pratique

- Pour une formation de 6h, vous aurez droit au programme complet
- Pour une formation de 3h, il vous est loisible de choisir trois points qui seront plus particulièrement couverts lors de l'animation parmi les sujets suivants :
  - > Les différents niveaux de pouvoirs en Belgique, leurs rôles, les personnes qui les composent ;
  - > Les différentes élections en Belgique : pour quoi, pour qui vote-t-on ?
  - > Le vote sur un plan pratique (comment vote-t-on ?) ainsi que son histoire et les différentes étapes de son évolution ;
  - > Les partis politiques en Belgique (familiarisation avec la notion de gauche et de droite) ;
  - > La formation d'un gouvernement (coalition).

### Public

Tout public  
≥ **16 ans**

### Groupe

**3 > 20**  
personnes

### Durée

**6h00**  
programme complet  
**3h00**  
trois points au choix

### Tarifs

Formation de 6h00  
**490 euros**  
Formation de 3h00  
**245 euros**

# Justice à la barre

L'atelier « Justice à la barre » est une animation informative, ludique et participative qui emmène les élèves dans un jeu de rôle qui met en scène un procès. L'animation vise en premier lieu à renforcer les savoirs sur le fonctionnement du système judiciaire belge (principes, structure, acteurs).

## En pratique

Citoyenneté & Participation propose diverses formules d'activités Justice à la barre.

### Pour les groupes de 14 à 28 personnes :

- **L'affaire de la rue de l'Arbre Bénit**, qui relate un crime commis à Bruxelles au XIX<sup>e</sup> siècle ;
- **Le Mâle du siècle**, un procès qui nous parle de délit de presse, du mouvement Incel, de la violence liée au genre et de messages haineux ou misogynes.

### Pour les groupes de 7 à 14 personnes :

- **Le Casse du siècle**, une affaire (façon *Casa de Papel*) à traiter en correctionnelle ;
- **Mêmes pas drôles**, qui nous permet aussi de traiter des délits de presse, mais dans le cas spécifique de l'incitation à la haine raciale.

Toutes ces affaires sont inspirées de cas réels. C'est aussi ce qui fait le succès de l'animation auprès des élèves et des professeurs.

- Attention : les modules **Le Mâle du siècle** et **Mêmes pas drôles** sont réservés aux adultes ou aux classes de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> de l'enseignement secondaire et dont l'enseignant·e ou l'animat·eur/riche s'engage à préparer l'animation en amont à l'aide du dossier pédagogique fourni au moment de l'inscription.

“ L'atelier nous permet de nous fondre dans le personnage/rôle donné pour mieux comprendre, c'est très dynamique ”

“ On apprend des choses que l'on n'apprend pas forcément dans la vie ”

“ Des fous rires mais aussi des infos de qualité ”

“ Cela nous aide à nous exprimer et à réfléchir ”

### Publics

Tout public

### Groupes

**7 > 14**  
personnes

**14 > 28**  
personnes

### Durée

**3h00**

### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement





# Aborder

# la gestion financière

Des formations pour aborder la gestion financière, les impôts, la fiche de salaire.

Les formations proposées par Citoyenneté & Participation ont pour objectif d'améliorer l'autonomie et la sécurité financière des individus.

Grâce à l'utilisation de différents outils pédagogiques et en favorisant la discussion et la réflexion, les participant·e·s acquièrent une meilleure compréhension dans le domaine financier, leur permettant de prendre des décisions éclairées, d'éviter les dettes excessives, et de planifier efficacement l'avenir.

Développer et encourager l'acquisition de telles compétences et connaissances est essentiel pour construire une participation citoyenne informée et une société économiquement stable et équitable.

Consultez notre offre complète de formations à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

## Le dessous des taxes

Le dessous des taxes est un jeu d'initiation à la thématique des impôts, des taxes et de l'endettement. Chaque joueur (ou groupe de joueurs) incarne un des quatre acteurs de Lagharta : les citoyens, les PME, les multinationales et l'État.

Le dessous des taxes est un jeu compétitif : le premier joueur qui parvient à réaliser 6 investissements tout en apurant ses dettes gagne la partie. Le jeu a par ailleurs une dimension coopérative : certains investissements ne sont possibles que si d'autres investissements ont été réalisés par les autres joueurs. Les différents acteurs vont dès lors tenter de convaincre les autres joueurs d'investir dans les infrastructures et services qui leur sont nécessaires.

### Cet atelier vise à...

- identifier et comprendre les différentes catégories d'impôts ;
- s'interroger sur l'utilité des impôts ;
- réfléchir au rôle de l'État dans une société qui a besoin d'innovations sociales, écologiques et politiques ;
- sensibiliser aux problématiques de la dette et du surendettement.

Ce jeu pédagogique a été réalisé en collaboration avec l'Observatoire du Crédit et de l'Endettement et avec le soutien du Fonds pour l'Éducation Financière, géré par la Fondation Roi Baudouin.

### En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>15 ans</b>	<b>8 &gt; 16</b> personnes	<b>2h30</b> > <b>3h00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

## Mon salaire, mes impôts et moi

« On paie trop d'impôts en Belgique » ou « Le travail coûte trop cher » sont des affirmations que l'on entend souvent. Mais sait-on à quoi sont destinées les cotisations salariales et patronales ? Les taxes directes et indirectes ? Sommes-nous conscients du rôle que jouent ces impôts dans le quotidien ? celui des enfants comme celui des adultes ?

Connaît-on aussi les grandes lignes de l'histoire de la sécurité sociale en Belgique ? son mode de fonctionnement ? Comprend-on d'où vient ce fameux trou de la sécu ? Et ce précompte professionnel sur la fiche de salaire, comment le calcule-t-on ? Cette formation généraliste permet de comprendre notre rôle dans ce système fiscal et de construire une réflexion éclairée sur cet aspect de la citoyenneté. C'est aussi un bon départ pour qui va entrer dans la vie active et percevoir ses premiers salaires.

### En pratique

“ Ce sont des informations utiles dans la vie d'un travailleur. Merci pour ces précieuses informations ”

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>3 &gt; 15</b> personnes	<b>2h30</b> > <b>3h00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

# Stimuler la participation citoyenne



Citoyenneté & Participation propose, à différents publics, plusieurs formations en lien étroit avec le concept de participation citoyenne.

Ces formations ont pour but de créer des dynamiques favorisant l'engagement de chacun·e dans le processus d'élaboration d'un projet commun.

Les participant·e·s vont pouvoir acquérir des connaissances et des compétences leur permettant de prendre des décisions éclairées et d'assumer un rôle de citoyen actif.

Durant ces ateliers, iels seront amené·e·s à réfléchir à des actions citoyennes, à leurs mécanismes et à leurs modalités de mise en œuvre.

En s'inspirant de projets existants et en utilisant divers outils, les participant·e·s pourront penser et construire un projet qui soit à la fois écologique et solidaire.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be)

## Les initiatives citoyennes

Aujourd'hui nous sommes confrontés à une lassitude pour les uns, à une anxiété pour les autres face au déferlement d'informations relatives au réchauffement climatique, à la perte de la biodiversité, à l'état de la nature, au délitement des liens sociaux. Le sentiment d'impuissance est paralysant. Beaucoup ne souhaitent plus parler des problèmes mais bien des solutions.

Heureusement, depuis quelques années fleurissent des initiatives visant à améliorer notre quotidien. Certaines concernent le partage d'objets et de nourriture, d'autres proposent de réintroduire du lien social ou encore de lutter contre la dégradation de l'environnement. Citoyenneté et Participation vous présente un tour d'horizon de ces projets inspirants et éclairants ainsi que quelques outils afin de faire émerger les prémises d'un nouveau projet citoyen.

### En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>13 ans</b>	<b>3 &gt; 25</b> personnes	<b>3 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

## Développer un projet de transition écologique et solidaire

Les initiatives citoyennes visant la transition écologique se multiplient et c'est tant mieux. Mais, dans nombre d'entre elles, on ne peut que constater l'absence de personnes vivant une forme de précarité, et ce pour toute une série de raisons. Doit-on se résoudre cependant à voir se développer des initiatives enthousiasmantes dans lesquelles les personnes qui souffrent le plus des conséquences climatiques n'auraient pas leur place ?

Cette formation s'adresse aux citoyen-ne-s qui désirent construire un projet qui soit à la fois écologique et solidaire, en mobilisant notamment des personnes en situation précaire au sein de l'équipe. Elle est le fruit d'enquêtes qui ont été menées sur le terrain auprès de transitionneurs et de personnes dont la précarité freine la capacité de s'investir dans un projet collectif.

### En pratique

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>16 ans</b>	<b>3 &gt; 30</b> personnes (voire plus)	<b>3 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

# Citoyen du concept à l'action

La citoyenneté est un concept obscur pour beaucoup. Afin de le rendre plus concret, la formation place l'apprenant·e au centre des activités en lui donnant la parole. En partant de ses perceptions et de ses connaissances tout en engageant une réflexion sur des actions concrètes, le groupe échafaude progressivement une définition du concept et réfléchit à des actions citoyennes auxquelles chacun·e est en mesure de prendre part. Participer à une grève, à une manifestation, lancer ou signer une pétition, s'engager dans une activité bénévole, s'engager en politique, etc. Cette formation vous permet d'envisager toutes sortes d'actions qui s'offrent à nous pour exercer pleinement sa citoyenneté.

## En pratique

### Public

Tout public  
≥ **13 ans**

### Groupe

**3 > 25**  
personnes

### Durée

**3h00**

### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

# Mettre en œuvre la participation citoyenne

Vous avez déjà entendu parler de la gouvernance ouverte mais sans savoir véritablement de quoi il s'agissait. Ou peut-être êtes-vous amené·e·s à mettre en place des projets faisant appel à des citoyen·ne·s de votre commune. Vous vous demandez alors comment les mobiliser et les rendre acteur·rice·s de leur territoire. Cette formation est faite pour vous !

Ensemble, par une méthodologie alliant théorie, cas concrets et exercices pratiques, nous décortiquerons les mécanismes participatifs et ses modalités de mise en œuvre.

## Cet atelier vise à...

- de comprendre les principes de la gouvernance ouverte ;
- d'appréhender la notion de participation citoyenne et d'identifier ses enjeux ;
- d'identifier les conditions et les outils nécessaires à la mise en œuvre d'un processus participatif de qualité.

## Programme

### Comprendre les principes de la gouvernance ouverte et de la participation citoyenne

- La gouvernance ouverte et ses composantes : transparence, participation citoyenne et collaboration.
- Les enjeux et mécanismes de la participation citoyenne.

### Comprendre le cadre de la participation citoyenne

- Les étapes d'un processus participatif et le diamant de Kaner.
- Les avantages et les freins de la participation citoyenne.
- La mobilisation des participants.

### Découvrir les outils pour un mécanisme participatif efficace

- Les outils d'intelligence collective.
- L'inclusion.
- La gestion des émotions.

## Notre méthodologie

- Modules théorique.
- Échange de bonnes pratiques.
- Exercices et études de cas.

## En pratique

Des formations sont déjà programmées sur Namur et Bruxelles.

Veuillez consulter notre page :

### Mettre en œuvre la participation citoyenne

Il est également possible d'organiser cette formation à la demande. La date sera déterminée avec le commanditaire.

Inscription individuelle ou en groupe via [participation@cpcp.be](mailto:participation@cpcp.be) ou **02 318 44 33**

### Tarifs

**92 euros/pers.**

Dates fixes  
(Matériel et lunch inclus)

**738 euros**

Dates à la demande  
(Syllabus et déplacement inclus)

### Public

Agent·e·s  
des institutions  
publiques

### Groupe

**8 > 12**  
personnes  
par groupe

### Durée

**1 jour**  
9h00 > 16h00





Réfléchir à ma

# consom- mation

Face à l'évolution du modèle capitaliste et économique des systèmes de production et de consommation, il devient crucial de réfléchir à nos habitudes de consommation.

De plus, en Belgique, la population est de plus en plus préoccupée par les questions environnementales, exacerbant une anxiété liée à des enjeux tels que l'augmentation du prix de l'énergie, le changement climatique et les additifs alimentaires.

Les formations proposées par Citoyenneté & Participation tentent de répondre à ces préoccupations, notamment en permettant aux citoyen·ne·s de développer une conscience critique et de faire des choix plus éclairés et plus durables.

Grâce à une approche ludique et coopérative, mais également en partageant des sources d'informations correctes et fiables, nos formateur·rice·s alimentent le débat et accompagnent les participant·e·s dans leur questionnement.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site. Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

## Introduction à l'alimentation durable

Si face aux rayons des supermarchés, vous ne savez plus que choisir, que croire, que vous avez tendance à vous perdre dans cette jungle d'appellations « écologiques », cette formation vous aidera à faire la part des choses en parcourant une à une quelques alternatives alimentaires durables – manger bio, manger local et de saison, manger moins de viande et, enfin, manger équitable. Vous serez alors aptes à comprendre les enjeux de chacune de ces alternatives, leurs contours légaux, leurs avantages et inconvénients et, surtout, comment les repérer et comment faire ses choix au supermarché.

### En pratique

#### Public

Tout public  
≥ **16 ans**

#### Groupe

**5 > 15**  
personnes  
(voire plus)

#### Durée

**3h 00**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

## La lecture des étiquettes alimentaires

L'emballage des produits donne énormément d'informations, mais sommes-nous capables de les comprendre ? Ces appellations ont-elles pour but de nous informer ou de nous perdre sous des allégations et codes incompréhensibles ? Comment distinguer un produit sain d'un autre ? Comment faire les meilleurs choix dans les rayons des supermarchés ?

Nous vous proposons donc une plongée dans les étiquettes de produits alimentaires : glucides, colorants, origines, nutriscores, agents de texture... qui vous permettra de ressortir mieux informé·e·s et surtout plus aptes à faire des choix de consommation en toute connaissance de cause.

### En pratique

#### Public

Tout public  
≥ **16 ans**

#### Groupe

**5 > 15**  
personnes

#### Durée

**3h 00**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

## Le gaspillage alimentaire

1,6 milliards de tonnes de déchets alimentaires : une aberration sociale et environnementale qui ne cesse de croître chaque année. Toute cette nourriture produite et non consommée épuise les ressources naturelles. Pour en discuter et partager des idées, nous emmenons les participant·e·s dans un jeu de coopération intitulé Ogrenco.

Ogrenco est une multinationale de l'industrie agroalimentaire toute puissante et peu scrupuleuse contre laquelle les participant·e·s bataillent en tant que diététicien·ne·s, militant·e·s d'une ONG, agriculteur·rice·s ou consommateur·rice·s responsables.

### En pratique

Une boîte de jeu Ogrenco est offerte à l'organisateur·rice à l'issue de l'atelier.

“ J'ai aimé le côté pratique et le fait d'échanger avec d'autres stagiaires ”

Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>12 ans</b>	<b>3 &gt; 20</b> personnes	<b>3 h 00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

## Le commerce équitable Ekichoc

Ekichoc est avant tout un jeu coopératif dans lequel les participant·e·s ont pour objectif de transformer la multinationale Ekichoc en une entreprise respectueuse des travailleur·euse·s à chaque étape de la filière de transformation du cacao. Au gré d'épreuves alliant audace et déduction, ce jeu permet aux participant·e·s de développer une connaissance des enjeux propres aux filières d'échanges Sud-Nord. La formation s'articule en deux temps :

- Un jeu de rapidité sur les labels
- Le jeu Ekichoc sur la production de chocolat

### En pratique

Grâce au Trade for Development Centre (TDC) de l'agence belge de développement Enabel, qui a pour objectif de sensibiliser les Belges au commerce équitable, l'ensemble du jeu Ekichoc sera accessible en ligne dès la Semaine du commerce équitable en octobre 2024.



Semaine du  
**commerce  
équitable**



**Belgique**  
partenaire du développement

**Enabel**



Public	Groupe	Durée	Tarifs
Tout public ≥ <b>15 ans</b>	<b>10 &gt; 25</b> personnes	<b>2h30</b> <b>&gt; 3h00</b>	<b>245 euros</b> + frais de déplacement

## Les pièges du supermarché

On entre dans un magasin en étant convaincu de pouvoir se limiter au strict nécessaire et on en ressort en se rendant compte qu'on a dépensé plus que prévu. Que s'est-il passé entre le moment où l'on a franchi les portes du supermarché et celui où on a sorti notre portefeuille ? À quelles tentations avons-nous succombé ? Dans quels pièges sommes-nous tombés ?

Cet atelier vise à prendre conscience des diverses techniques de marketing mises en place par un supermarché pour amener les clients à acheter plus que prévu.

### En pratique

#### Public

Tout public  
**≥ 16 ans**

#### Groupe

**3 > 15**  
personnes

#### Durée

**2h00**

#### Tarifs

**165 euros**  
+ frais de déplacement

# Logements et espaces publics

Les questions liées aux logements et à l'espace public se multiplient et les constats sont récurrents : pénurie de logements publics, pression immobilière intense défavorisant un accès équitable à la location ou à la propriété privée, et ce tandis que la pauvreté concerne une partie de plus en plus importante de la population.

Face à ces réalités, Citoyenneté & Participation propose des formations dont les différents sujets ont pour finalité l'amélioration de la qualité de l'habitat et du cadre de vie sous tous ses aspects, et pour un public aussi bien jeune que sénior.

Nos formateur·rice·s privilégient l'utilisation d'une méthodologie de pédagogie participative dans laquelle s'insèrent un apport théorique, quelques mises en situations ainsi que des moments d'échanges de parole.

Cette façon de travailler permet aux différents publics de prendre conscience d'une réalité globale, de mieux comprendre les enjeux en matière de logements et d'espaces publics et de leur exposer les alternatives existantes.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site.

Envie d'en savoir plus sur notre méthode de travail ? N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).



## Logements seniors : quels choix ?

Qu'existe-t-il comme offre de logement pour seniors en Belgique ? Quels sont mes besoins à moi ? L'éventail est vaste entre les maisons de repos parfois mal perçues et/ou méconnues, les résidences services, les maisons Abbeyfield, les colocations, l'«habitat kangourou»... Chaque modèle propose des avantages et des limites qui peuvent orienter le choix de nos seniors. Cet atelier a pour objectif de donner quelques clés de réflexion pour que ce changement de lieu de vie soit réalisé le plus sereinement possible pour la personne et sa famille.

### En pratique

#### Public

Adulte : senior, aidant proche, tout acteur accompagnant des seniors ou des familles

#### Durée

**2h30**  
**> 3h30**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

## L'habitat alternatif

L'emballage des produits donne énormément d'informations, mais sommes-nous capables de les comprendre ? Ces appellations ont-elles pour but de nous informer ou de nous perdre sous des allégations et codes incompréhensibles ? Comment distinguer un produit sain d'un autre ? Comment faire les meilleurs choix dans les rayons des supermarchés ?

Nous vous proposons donc une plongée dans les étiquettes de produits alimentaires : glucides, colorants, origines, nutriscores, agents de texture... qui vous permettra de ressortir mieux informé-e-s et surtout plus aptes à faire des choix de consommation en toute connaissance de cause.

### En pratique

Cette formation sera disponible à partir de janvier 2025.

#### Public

**Adulte**

#### Groupe

**6 > 12**  
personnes

#### Durée

**3h00**

#### Tarifs

**245 euros**  
+ frais de déplacement

## Le gaspillage alimentaire

La procédure pour acheter un bien immobilier vous paraît longue et obscure ? Vous vous sentez bien peu en sécurité pour poser des choix qui vont affecter les vingt-cinq prochaines années de votre vie ? Comment s'assurer de l'adéquation entre le bien recherché et vos besoins ? Cet atelier a pour objectif de donner des clés de compréhension ainsi que des points de repère pour que l'achat se réalise de la manière la plus informée et sereine.

### En pratique

Public

Groupe

Durée

Tarifs

**Adulte**

**5 > 20**  
personnes

**3h00**

**245 euros**  
+ frais de déplacement



A close-up photograph of a hand in a white shirt sleeve moving a light-colored chess piece on a blue and white checkered board. The background is blurred, showing more chess pieces and the hand's movement.

# Comprendre le contexte politique et économique

Dans une société dans laquelle les effets conjugués de la mondialisation, de la révolution numérique, et de la marchandisation compliquent cruellement la compréhension du monde d'aujourd'hui, proposer des formations pour comprendre le contexte politique et économique semble crucial.

Partant de ce constat, les formations que nous proposons encouragent les participant·e·s à prendre conscience de tout un ensemble de contradictions qui caractérise le système dans lequel nous vivons et favorise également l'émergence ou le renforcement d'une pensée critique permettant de transformer ces contradictions et de les dépasser.

À travers cette démarche, Citoyenneté & Participation entend encourager l'exercice d'une citoyenneté active et informée et renforcer nos systèmes démocratiques.

Retrouvez notre offre complète de formation à la page catalogue de notre site.

Pour toute information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be).

## L'eau potable dans nos régions : nouvel enjeu majeur

Depuis vingt ans et, plus largement, dans le contexte du réchauffement climatique, le secteur de l'eau a connu de nombreux bouleversements, notamment une hausse du prix en Wallonie et à Bruxelles. Cet atelier – sous forme de balade à Bruxelles le long de la Senne – vise à conscientiser et informer sur le droit à l'eau et les atteintes à ce droit que représentent des prix trop élevés, le réchauffement climatique et la pollution environnementale.

### En pratique

Citoyenneté & Participation communiquera les cartes topographiques au partenaire. Ce dernier les imprimera et distribuera aux participants en amont de la formation.

#### Public

Tout public  
≥ **18 ans**

#### Groupe

**5 > 10**  
personnes

#### Durée

**1h30**

#### Tarifs

**165 euros**  
+ frais de déplacement

## Énergies fossiles, frein à la transition énergétique en Belgique

La formation appréhende l'importance de l'énergie pour l'évolution et la construction d'une société. Elle permet de mieux comprendre les obstacles auxquels se heurte la réalisation d'une véritable transition énergétique carbone. Cet atelier vise à décrypter le plan national Énergie-climat de la Belgique et inviter à la réflexion citoyenne autour de celui-ci.

### En pratique

#### Public

Toute personne  
intéressée par  
la thématique  
de la transition  
écologique  
et de l'énergie

#### Durée

**2h00**

#### Tarifs

**165 euros**  
+ frais de déplacement

## Le Green Deal comme vecteur d'une transition « socialement juste » ?

La nouvelle stratégie environnementale de l'Union européenne, « le pacte vert pour l'Europe » (the European Green Deal), vise la neutralité climatique à l'horizon 2050. Cet objectif devrait être atteint par le biais d'une transition « socialement juste ». Cette formation vise à définir les enjeux de la transition écologique pour les plus précaires et débattre des mesures prises par l'UE et la Belgique afin de protéger les plus vulnérables des coûts induits par la transition.

### En pratique

#### Public

Toute personne intéressée par la thématique de la transition écologique et de l'énergie

#### Durée

**2h00**

#### Tarifs

**165 euros**  
+ frais de déplacement

## Taxonomie européenne: instrument de greenwashing ?

La lutte contre le changement climatique souffre d'un déficit d'investissement. La « taxonomie verte », mise sur pied par l'UE, a pour objectif d'inviter les acteurs financiers à diriger leurs capitaux vers des projets écologiques. Cette formation aidera comprendre les enjeux de l'industrie financière dans la lutte climatique ainsi que les fondements idéologiques qui lui sont liés.

### En pratique

#### Public

Toute personne intéressée par la thématique de la transition écologique et de l'énergie

#### Durée

**2h00**

#### Tarifs

**165 euros**  
+ frais de déplacement

Pour une description plus détaillée des formations, nous vous invitons à consulter la page Catalogue des formations.

[www.cpcp.be/catalogue-des-formations/](http://www.cpcp.be/catalogue-des-formations/)

## Pour en savoir plus

Citoyenneté & Participation (C&P) est une ASBL d'éducation permanente agréée par la Fédération Wallonie-Bruxelles. C'est aussi un Centre d'Archives et de Documentation et une équipe de quarante collaborateurs répartis au sein de deux implantations (à Namur et à Bruxelles).

L'équipe de Citoyenneté & Participation dispose d'une longue et fructueuse expérience dans divers métiers ; nous produisons des analyses et des études, accompagnons des collectivités dans l'organisation de la participation citoyenne, organisons des conférences, des débats, animons des ateliers en éducation permanente et répondons à de nombreuses demandes de formations (que nous adaptions en fonction du public).

Parmi les partenaires privilégiés nous comptons des collectivités locales, CPAS, PCS, écoles secondaires, hautes écoles, associations, etc.

Nos actions se déploient dans divers domaines :

- la consommation durable ;
- les médias ;
- la famille, la culture et l'éducation ;
- les logements et espaces publics ;
- la participation citoyenne.

Si vous souhaitez collaborer avec nous sur un de ces thèmes, sur un sujet précis qui vous préoccupe, contactez-nous pour en discuter. Nous sommes ouverts à tout partenariat.

Un projet ? parlons-en !

[formation@cpcp.be](mailto:formation@cpcp.be)

## Citoyenneté & Participation (CPCP ASBL)

Avenue des Arts, 50/6 - 1000 Bruxelles

**02 318 44 33** | [info@cpcp.be](mailto:info@cpcp.be) | [www.cpcp.be](http://www.cpcp.be)

RPM Bruxelles - BCE : 0409.117.690 - IBAN : BE67 3101 6586 0487

Crédits photographiques

[www.freepik.com](http://www.freepik.com) :

@rawpixel.com, p.3 | @muraghies, p. 7 | @ASolano, p. 9

@photomaru, p.11 | @rcphotostock, p. 15 | @ASKG, p. 17

@user35692504, p. 21 | @chandlervid85, p. 25 | @bluefish\_ds, p. 29