



Arboris Scola / ARC / IFRIE et partenaires

Entraînement à la Résilience Citoyenne (Individuelle, collective, territoriale et nationale)

Cette proposition présente deux modules d'entraînement développés conjointement par la **société Arboris Scola** et les **associations Résilience Citoyenne (ARC), IFRIE (Institut Français de Résilience et Intelligence Émotionnelle)**, ainsi que leurs partenaires.

Ces entraînements visent à renforcer la culture de la résilience humaine, sociale et professionnelle, en particulier dans les métiers du droit, de l'éducation, de la gouvernance locale et des institutions au service du lien social.

Module 1 – Résilience individuelle et collective

Objectifs :

- Comprendre le concept des sept facteurs de résilience (Corps, Cœur, Esprit).
- Découvrir et expérimenter les deux premiers facteurs de résilience :
 1. La respiration naturelle en conscience : recentrage, ancrage corporel, calme intérieur.
 2. La régulation émotionnelle : accueillir, nommer et transformer ses émotions pour maintenir l'équilibre.
- Favoriser la résilience personnelle et collective au sein des études notariales, institutions éducatives et organisations publiques.

Durée : 4 à 8 heures

Public : Notaires, juristes, médiateurs, élus locaux, formateurs

Intervenants : ARC, IFRIE et partenaires qualifiés en intelligence émotionnelle et résilience appliquée

Module 2 – Résilience territoriale et nationale

Objectifs :

- Approfondir la compréhension du concept global des sept facteurs de résilience dans leur dimension collective et sociétale.
- Appliquer les bonnes pratiques issues des deux premiers facteurs (respiration consciente et régulation émotionnelle) au service du vivre-ensemble et de la coopération.



- Co-construire des stratégies de gouvernance éthique et de solidarité à l'échelle locale et nationale, en lien avec les Foyers Communaux de la Résilience (FCR) et les Tuteurs et Tutrices de Résilience.

Durée : 4 à 16 heures

Public : Notaires ruraux, élus, responsables associatifs, représentants institutionnels, collectivités territoriales

Intervenants : ARC, IFRIE et partenaires

Proposition de partenariat

Intégrer ces entraînements à la résilience citoyenne dans le catalogue d'Arboris Scola, sous l'axe « Résilience & Humanisme professionnel », en établissant une convention de partenariat tripartite (Arboris Scola / ARC / IFRIE).

La création d'un comité pédagogique commun garantirait la cohérence éthique, méthodologique et scientifique des contenus.

Ces entraînements visent à soutenir la mission éducative et éthique d'Arboris Scola en développant des compétences concrètes de résilience au service du bien commun, de la solidarité et de la paix sociale.