



Bénédicte de Truchis
Accompagner les solidarités

Catalogue de formation & d'accompagnement 2025

Rencontre interculturelle & Solidarité internationale



www.accompagner-les-solidarites.org
06 62 19 90 87

Qualiopi 
processus certifié
 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Table des matières

Accompagner les solidarités : pourquoi ? Pour qui ? Comment ?

5

-I- Ethique et savoir-être

1. Découvrir et questionner la solidarité internationale 9
2. Vivre la rencontre interculturelle 10
3. Se préparer au départ... et au retour 11
4. Avec la *Fresque de la Diversité*[®], faire émerger des consciences plus inclusives 12

-II- Méthodologie et savoir-faire

5. Introduction au cycle de projet de solidarité internationale 16
6. Concevoir, planifier et suivre un projet 17
7. Les clés de la recherche de fonds 18
8. Evaluer un projet 19

-III- Conseil et renforcement des compétences des actrices et acteurs de solidarité internationale

9. Structurer son association 22
10. Mobiliser les bénévoles de son association 23
11. Conseil aux associations en stratégie et financements 24

Accompagner les solidarités : pourquoi? Pour qui ? Comment ?

Qui suis-je ?

Formée à l'ingénierie pédagogique, à l'intelligence collective et à la gestion de projets de solidarité, j'ai étudié et travaillé pendant sept ans à l'international comme coordinatrice en ONG, aux côtés de populations réfugiées et en situation de grande vulnérabilité.

À mon retour en France, au siège d'une organisation de volontariat de solidarité internationale, j'ai accompagné, pendant neuf ans, plus de 200 personnes par an dans la construction de leur engagement, la préparation de leur mission et leur débriefing au retour.

Depuis 2021, installée à Toulouse comme formatrice et consultante, j'accompagne associations, ONG et collectivités territoriales dans le renforcement de leurs compétences, sur les enjeux méthodologiques et interculturels liés à la solidarité internationale. J'interviens également dans plusieurs universités sur ces thématiques.

Ce qui m'anime

La professionnalisation du secteur de la solidarité internationale ces dernières décennies a renforcé l'impact et la pertinence des actions. C'est pourquoi je forme et j'accompagne les actrices et acteurs du secteur à la conception et à la mise en œuvre de projets structurés, en mobilisant des outils méthodologiques éprouvés. Mais au-delà de ces savoir-faire, j'intègre une dimension essentielle : l'approche interculturelle via une réflexion éthique et critique sur la solidarité internationale.

Mes valeurs

Un projet de solidarité impactant repose sur un double socle : rigueur méthodologique et posture éthique. Structurer un projet avec professionnalisme est indispensable pour assurer sa pertinence et sa viabilité. Mais sans humilité et considération pour les partenaires locaux, aucun projet ne peut être réellement légitime ni porteur de changement durable.

A qui s'adressent ces formations ?

Mes formations s'adressent à toute personne engagée dans la solidarité internationale : salariées et bénévoles d'associations, d'ONG et de fondations, agent-es de collectivités territoriales, étudiant-es en coopération internationale et développement, groupes préparant un voyage solidaire, futures volontaires à l'international... et bien d'autres encore.

Modalités d'intervention et pédagogie

Des formations bienveillantes et dynamiques

Toutes les formations et missions d'accompagnement se déroulent dans un cadre bienveillant, favorisant l'échange, la collaboration et le respect de la confidentialité. L'utilisation d'outils variés issus de l'intelligence collective garantit l'implication active de chaque participant-e.

Parmi les approches pédagogiques proposées :

- Des temps de réflexion et d'échanges en grand groupe, en sous-groupes et en individuel ;
- Des mises en situation à travers des jeux de rôle ;
- Des études de cas concrets ;
- Des travaux pratiques pour concevoir et conduire de vrais projets avec des outils professionnels ;
- Des partages et analyses d'expériences vécues ;
- L'exploitation de ressources documentaires variées (articles, vidéos, podcasts, analyses de sociologues et de professionnel·les du secteur humanitaire, etc.).

Acquisition de savoir, savoir-faire et savoir-être

L'alternance entre l'acquisition de connaissances, de compétences techniques et le développement d'une posture adaptée est au cœur des formations :

- **Les savoirs** : de l'approche caritative imposant une relation d'aide asymétrique à la prise en compte des dynamiques de pouvoir, le secteur fait face à de nouveaux défis majeurs : décolonisation de l'aide, changement climatique, durcissement des conflits, baisse des financements, etc. Replacer la solidarité internationale dans son cadre historique et dans l'actualité est un prérequis nécessaire à un engagement de qualité.
- **Les savoir-faire** sont renforcés à travers des modules tels que « Introduction à la gestion de projets », « Concevoir, planifier et suivre un projet », « Les clés de la recherche de fonds » et « Évaluer un projet ».
- **Les savoir être**, enfin, sont développés grâce aux modules « Vivre la rencontre interculturelle », « Se préparer au départ... et au retour » et « Mobiliser les bénévoles de son association », qui ouvrent la réflexion sur la posture individuelle et collective en contexte interculturel.

Une boîte à outils complète et accessible

Les formations s'appuient sur des ressources et méthodologies issues de l'éducation populaire et de l'éducation à la citoyenneté et à la solidarité internationale.

À l'issue de chaque formation, les participant-es repartent avec les supports de formation et canevas des outils utilisés, ainsi qu'une bibliographie et des ressources complémentaires pour poursuivre leur montée en compétence en autonomie.

1.

**ETHIQUE
ET
SAVOIR-ETRE**





« Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences. »

Françoise Dolto

1. Découvrir et questionner la solidarité internationale



Objectifs

- Découvrir l'histoire de la solidarité internationale, son évolution du Moyen-Âge à nos jours et les grands enjeux des années à venir
- Distinguer les différents domaines et les différentes modalités d'intervention de la solidarité internationale
- Identifier les principaux organismes publics et privés, nationaux et internationaux, acteurs de la solidarité internationale
- Adopter une démarche de questionnement sur les valeurs promues par la solidarité internationale et prendre conscience des limites et ambiguïtés auxquelles elle se trouve confrontée



Durée

- Modulable de 1 à 3 jours



Public

- Salarié.es et bénévoles d'associations de solidarité internationale
- Membres de collectivités territoriales en charge de projets de coopération décentralisée
- Groupes préparant un chantier jeunesse
- Futur.es volontaires à l'international
- Etudiant.es en coopération internationale



Contenu

- Tours d'horizon de la solidarité internationale depuis les origines à aujourd'hui
- « Humanitaire », "Réhabilitation", « Développement », « Coopération internationale » : quelles distinctions ?
- Populations cibles et thématiques d'intervention
- ONG : un secteur professionnel comme un autre ?
- Principes humanitaires, relation d'aide, don et contre-don



Outils et méthodes pédagogiques

- Mise en situation
- Partage de réflexions en groupes et sous-groupes
- Documentaires vidéo et sites internet ressources
- Apports théoriques
- Témoignages de professionnel.les

2. Vivre la rencontre interculturelle



Objectifs

- Comprendre ce qu'est la culture et prendre conscience de ce qui se joue au niveau émotionnel lors de situations de perte de repères culturels habituels ;
- Identifier ses propres représentations, stéréotypes et préjugés, pour ensuite être capable de les dépasser et d'adopter une posture personnelle permettant de s'ouvrir à l'altérité ;
- Adopter une démarche de questionnement personnel pour développer sa communication interculturelle et sa compétence interculturelle.



Durée

- Modulable de 1 à 5 jours



Public

- Etudiant.es en coopération et solidarité internationale
- Etudiant.es préparant une expérience de mobilité internationale
- Personnel enseignant et non-enseignant recevant des étudiant.es de l'international
- Salarié.es et bénévoles d'associations de solidarité internationale
- Membres de collectivités territoriales en charge de projets de coopération décentralisée
- Groupes de jeunes préparant un chantier international
- Futur.es volontaires à l'international



Contenu

- Le choc culturel : qu'est-ce que c'est ?
- Comprendre et distinguer les concepts liés à la notion de « culture » et d' « identité »
- Prendre conscience de son référentiel culturel et de son échelle de valeurs
- Questionner son rapport à l'altérité
- Développer sa compétence interculturelle



Outils et méthodes pédagogiques

- Mise en situation
- Relecture d'expériences personnelles
- Débriefings et échanges en groupes et sous-groupes
- Exercices de connaissance de soi
- Apports théoriques de sociologues
- Analyses de cas

3. Se préparer au départ... et au retour



Objectifs

- Se préparer à vivre l'expatriation et à faire face à d'éventuels moments difficiles (liens à distances avec les proches, stress liés au nouvel environnement, etc.)
- Préparer les aspects administratifs, sanitaires et sécuritaires du séjour pour favoriser les conditions d'une expérience réussie
- Relire son expérience à l'international pour en retirer les acquis en termes de savoir-être et les valoriser sur le plan professionnel



Durée

- 2 jours dans les semaines précédant le départ à l'international pour la préparation
- 1 jour dans les semaines suivant le retour pour la relecture et la valorisation



Public

- Etudiant.es préparant une expérience de mobilité internationale dans le cadre d'un stage, d'un échange universitaire, d'un séjour Erasmus, d'une expérience en ONG, etc.)
- Futur.es volontaires à l'international
- Groupes de jeunes préparant un chantier international
- Membres d'associations de solidarité internationale
- Membres de collectivités territoriales amené.es à se rendre sur le terrain



Contenu

- Motivations et craintes face à un projet à l'international
- Etapes du processus d'adaptation
- Gestion des aspects administratifs de la préparation au départ
- Questions santé et départ à l'étranger
- Conseils et consignes sécuritaires
- Travailler avec une équipe locale
- Débriefing, capitaliser, valoriser l'expérience au retour



Outils et méthodes pédagogiques

- Echanges en groupes
- Réflexions personnelles
- Partage d'informations
- Relecture d'expériences

4. Avec la *Fresque de la Diversité*[®], faire émerger des consciences plus inclusives



Objectifs

- La Fresque de la Diversité est un atelier d'intelligence collective, coproduit par l'ESSEC et Belugames, qui permet d'expérimenter les mécanismes cognitifs à l'œuvre en matière de discriminations, de découvrir des approches visant à les réduire, de débattre sur leur portée et leurs limites, tout en acquérant un vocabulaire commun pour nouer un dialogue constructif et faire émerger une société plus inclusive et plus apaisée.



Durée

- 3 heures



Public

- Etudiant.es, enseignantes, membres bénévoles et salarié.es d'associations, agent.es de collectivités territoriales, et toute personne curieuse de se former aux enjeux de la diversité et de l'inclusion.



Contenu

- Handicap, genre, origine ethnique, origine sociale, conviction religieuse, orientation sexuelle... Nombreuses sont les causes des discriminations freinant l'accès à un logement, un emploi ou une rémunération juste. Ces injustices engendrent frustration, colère, haine de soi et de l'autre, et une grande déperdition de talents ! (...) Ces discriminations issues des stéréotypes souvent inconscients, nous concernent toutes et tous. Il est donc urgent de prendre conscience des biais cognitifs à l'œuvre en matière de discriminations. Ainsi, la Fresque de la Diversité permet de partager une base de connaissances communes validées par l'expertise académique de Junko Takagi, professeure-titulaire de la Chaire Leadership & Diversity de l'ESSEC et de travaux de recherche en sciences cognitives et en psychologie sociale. Elle constitue la première étape d'un processus visant à construire une société plus inclusive et plus apaisée.



Outils et méthodes pédagogiques

- Inspiré du format de la Fresque du climat, l'atelier s'appuie sur un ensemble de cartes-notions, supports à l'échange et au débat, dont le groupe doit constituer collectivement un processus logique.
- Les cartes sont successivement distribuées par lots, introduites chacune par un mini-jeu, permettant aux participants et participantes de se familiariser avec les notions abordées dans les cartes à découvrir.
- Chaque étape de l'atelier est débriefée par la personne en charge de l'animation.

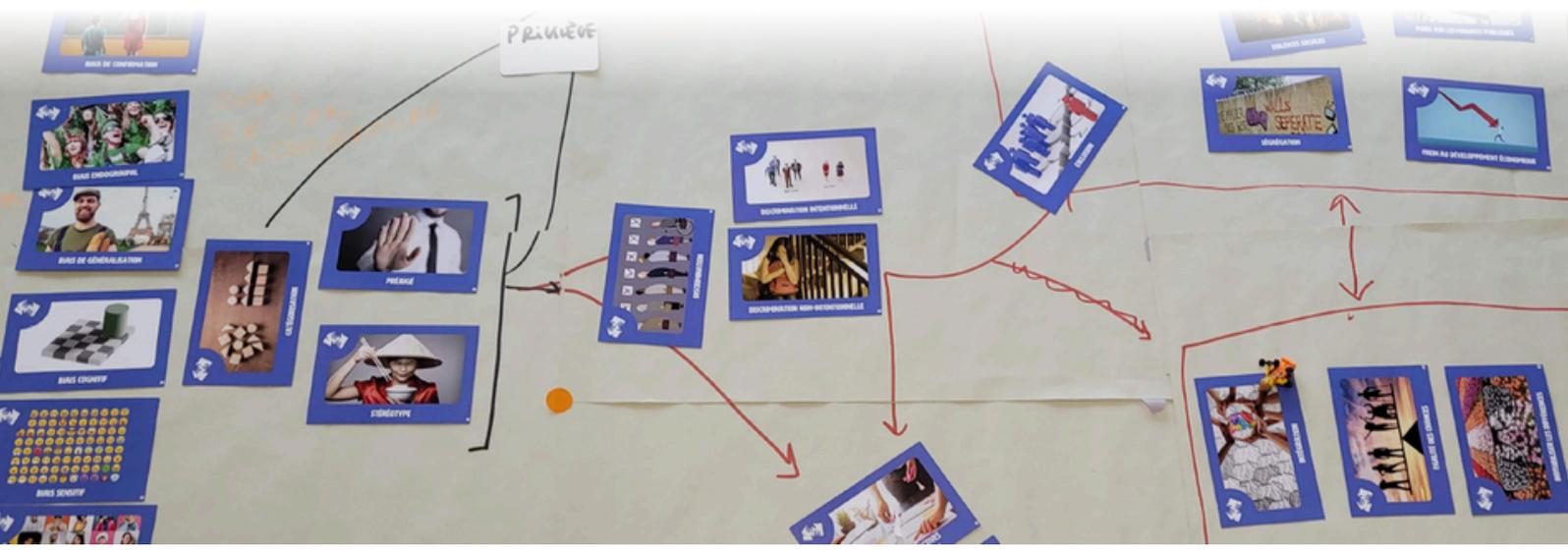


LA FRESQUE DE LA DIVERSITÉ

41 cartes pour faire émerger des consciences plus inclusives



 Une coproduction ESSEC + Belugames



2.

**METHODOLOGIE
ET
SAVOIR-FAIRE**





« Toutes les choses sont créées deux fois : une première fois mentalement, puis une seconde fois physiquement. La clé de la créativité, c'est de commencer avec la fin à l'esprit, avec une vision et un modèle du résultat désiré »

Stephen Covey

5. Introduction au cycle de projet de solidarité internationale



Objectifs

- Identifier les composantes d'un projet de développement ;
- Maîtriser les étapes du cycle de projets ;
- Découvrir les principaux outils méthodologiques permettant la planification, le suivi et l'évaluation.



Durée

- Modulable de 1 à 2 jours



Public

- Etudiant.es en coopération et solidarité internationale
- Salarié.es et bénévoles d'associations de solidarité internationale



Contenu

- Un projet : qu'est-ce que c'est ?
- Les 6 étapes du cycle de projet
- A chaque étape, son outil !



Outils et méthodes pédagogiques

- Brainstorming et réflexion en groupes et sous-groupes autour d'un projet SMART
- Apports d'outils et supports de planification, de suivi et d'évaluation
- Etude d'un cas pratique
- Analyse et débat

6. Concevoir, planifier et piloter un projet de façon collaborative



Objectifs

- Réaliser un diagnostic de faisabilité, identifier les bénéficiaires ciblés, se fixer des objectifs à atteindre, élaborer une stratégie de mise en œuvre et définir en amont du projet le calendrier et les indicateurs de réussite
- Identifier les ressources humaines et financières nécessaires, ainsi que les partenariats stratégiques à établir
- Piloter la mise en œuvre du projet



Durée

- 2 jours



Public

- Etudiant.e.s en coopération et solidarité internationale
- Salarié.e.s et bénévoles d'associations de solidarité internationale



Contenu

- Arbre à problème et arbre à solution : quelle utilisation ?
- De l'idée au projet : l'étude de faisabilité
- Un projet pour qui et avec qui ? identification des parties prenantes
- Un projet : oui, mais, pas sans ressources humaines et financières
- Pas à pas, suivi du plan d'action et des indicateurs de résultats



Outils et méthodes pédagogiques

- Brainstorming et réflexion en groupes et sous-groupes
- Apports théoriques
- Apports d'outils supports
- Les bonnes pratiques... et celles à bannir : exemples de cas pratiques
- Analyse et débat

7. Les clés de la recherche de fonds



Objectifs

- Connaître les principaux bailleurs de fonds publics et privés, leurs profils, les types de financements accordés
- Connaître les règles de rédaction d'un dossier de demande de financements et d'un rapport narratif
- Découvrir de nouvelles sources de financements
- Savoir construire un budget prévisionnel et un rapport financier



Durée

- Modulable de 1 à 2 jours



Public

- Etudiant.e.s en coopération et solidarité internationale
- Salarié.e.s et bénévoles d'associations de solidarité internationale



Contenu

- Construire le budget prévisionnel de son projet
- Trouver et choisir le bon bailleur pour son projet
- Rédiger une demande de financements
- Créer et entretenir la relation bailleurs
- Crowdfunding et autres pistes financements possibles



Outils et méthodes pédagogiques

- Brainstorming et réflexion en groupes et sous-groupes
- Présentation d'exemples de budgets prévisionnels et de formulaires de réponses à appels à projets (publics, privés, régionaux, nationaux, internationaux)
- Etude d'un cas pratique
- Analyse et débat

8. Evaluer un projet



Objectifs

- Comprendre l'utilité d'une évaluation initiale, intermédiaire ou finale pour un projet
- Choisir l'approche et les critères adaptés à ce que l'on souhaite évaluer
- Choisir les indicateurs de résultats et sources de vérification en cohérence avec le projet
- Connaître et savoir utiliser les principaux outils de collecte d'indicateurs de résultats
- Connaître l'articulation et les principales règles de rédaction d'un rapport d'évaluation
- Être conscient.e de l'impact des biais cognitifs sur la réalisation d'une évaluation



Durée

- Modulable de 1 à 2 jours



Public

- Etudiant.e.s en coopération et solidarité internationale
- Salarié.e.s et bénévoles d'associations de solidarité internationale



Contenu

- Mener une évaluation : dans quel but ? Et à quel moment ?
- Différents formats d'évaluation : internes ou externes, pour mesurer le chemin ou le résultat
- Critères d'évaluation : quantitatifs ou qualitatifs ?
- Entretiens, questionnaires, groupes focaux, etc. : choisir ses outils de collecte d'indicateurs
- Quelques règles de rédaction d'un rapport d'évaluation
- Attention aux biais cognitifs !



Outils et méthodes pédagogiques

- Brainstorming et réflexion sur l'intérêt et les étapes de l'évaluation
- Présentation de plusieurs outils de collecte d'indicateurs pour évaluer ou s'autoévaluer
- Cas pratique en sous-groupes : préparation de l'évaluation des projets des participant.e.s
- Débriefing et partage d'expériences

3.

RENFORCEMENT DES COMPETENCES DES ACTRICES ET ACTEURS DE SOLIDARITE INTERNATIONALE

« Le secret du changement consiste à concentrer son énergie pour créer du nouveau, et non pas pour se battre contre l'ancien. »

Dan Millman



9. Structurer son association



Objectifs

- Comprendre les spécificités d'une association, le cadre juridique et les statuts des différents membres qui la composent ;
- Définir le projet associatif de son association, ses orientations stratégiques et le plan d'action à mettre en œuvre ;
- Définir les actions, les bonnes pratiques et les rôles incontournables à mettre en place pour la bonne santé de son association ;
- Fédérer les membres de l'association grâce à des outils collaboratifs



Durée

- A établir en fonction des besoins



Public

- Salarié.e.s et bénévoles d'associations de solidarité
- Etudiant.e.s souhaitant créer une association de solidarité



Contenu

- Les principes fondateurs d'une association
- Le cadre juridique associatif (statuts, règlement, chartes...)
- Définir son projet associatif, ses orientations stratégiques et son plan d'action
- Quelle organisation interne pour une gouvernance transparente et sereine ?



Outils et méthodes pédagogiques

- Relecture individuelle d'expériences
- Partages d'expériences en groupe
- Mise en situation
- Apports d'informations juridiques
- Apports d'outils et supports pour gérer, animer et consolider son association

10. Mobiliser des bénévoles



Objectifs

- Être capable d'identifier la valeur ajoutée et les compétences que les bénévoles de l'association ont à offrir ;
- Identifier les compétences et profils de bénévoles manquants, les lieux où recruter et les façons de recruter des bénévoles ;
- Être capable d'accompagner les bénévoles dès leurs premiers pas dans l'association et tout au long de leur engagement, de façon individuelle et collective, pour les fédérer et les faire monter en compétences ;
- Remercier et clôturer une mission de bénévolat.



Durée

- Modulable de 1 à 2 jours



Public

- Salarié.e.s et bénévoles d'associations de solidarité



Contenu

- Qui sont les bénévoles ?
- Recruter des bénévoles comme un pro !
- Formaliser l'engagement bénévole
- Former, accompagner et fédérer son équipe de bénévoles



Outils et méthodes pédagogiques

- Relecture individuelle d'expériences
- Partages d'expériences en groupe
- Mise en situation
- Apports d'informations juridiques
- Apports d'outils et supports pour gérer, animer et consolider son association

11. Conseil aux associations en stratégie et financements



Objectifs

- Bénéficier d'un accompagnement sur-mesure pour permettre à votre association de construire sa stratégie, de (re)définir son projet associatif, de développer son activité, de se consolider, de créer ou pérenniser des emplois, de trouver des réponses à des problématiques rencontrées.



Durée

- Modulable en fonction des besoins



Public

- Salarié.es et bénévoles d'associations



Contenus possibles

- Stratégie
- Gouvernance et organisation interne
- Développement de partenariats
- Conduite du changement
- Evaluation d'un projet
- Etc.



Outils et méthodes pédagogiques

- Quelle que soit la demande, l'accompagnement se fera sur la base d'une structure et ou/d'un projet existant. La démarche sera participative grâce à divers outils d'intelligence collective dont le Codev ;
- L'accompagnement servira avant tout de guide, de cadre et de proposition de bonnes pratiques.

« La diversité culturelle est une force motrice du développement et un atout indispensable pour atténuer la pauvreté et parvenir au développement durable »



**Vous souhaitez en savoir plus ?
Echangeons pour concevoir la formation
ou l'accompagnement qui vous convient**

benedicte.detruchis@gmail.com

+33 (0)6 62 19 90 87

www.accompagner-les-solidarites.org



La certification a été délivrée au titre de l'action de formation