



ReLiefs

Organisme de formation

PROGRAMME DE FORMATION PRINTEMPS 2026

Tronçonneuse et abattage d'arbres
12 et 13 & 19 et 20 février

Cuisiner en grande quantité
27 et 28 mars

Sketchup : logiciel de modélisation
20 mars, 3 avril, 27 avril

Formation de formateur·trices
28, 29, 30 avril

**Petit électroménager et
outillage : du diagnostic
à la réparation**
20 et 21 avril & 11 et 12 mai

Animer une réunion
5 mai

Réaliser une création radiophonique
du 18 au 22 mai

Vivre de son activité indépendante
3, 4, 5 juin



Ressources

Tronçonneuse & abattage d'arbres : techniques de base et sécurité

Utiliser en sécurité une tronçonneuse sur un arbre au sol, réaliser son entretien et son affûtage. Maîtriser les gestes techniques liés à la découpe et au façonnage en vue de produire du bois de chauffage. Maîtriser les techniques d'abattage simple d'arbres. Savoir désigner un arbre à prélever, en préservant la pérennité de la ressource et des écosystèmes forestiers.

dates : 12 et 13 & 19 et 20 février
durée : 4 jours
Lieu : MEYMAC (19)
public : TOUT PUBLIC ET PROFESSIONNELLES. MATÉRIELS ET ÉQUIPEMENTS FOURNIS.

Une formation en partenariat avec le CFPPA de Meymac.

CFPPA-OFA
DE HAUTE-CORREZE

Cuisiner en grande quantité

Choisir, planifier et adapter les menus, gérer les volumes en conséquence, optimiser les temps de cuisson, mais aussi comprendre et s'adapter aux régimes spécifiques... autant de savoir-faire essentiels à la cuisine en grande quantité. Alternant apports pratiques et mises en situation, la formation vise à développer autonomie et confiance en sa capacité à cuisiner pour un groupe.

dates : 27 et 28 mars
durée : 2 jours
Lieu : EYMOUTIERS (87)
public : TOUT PUBLIC. MATÉRIELS ET ÉQUIPEMENTS FOURNIS.

Petit électroménager et outillage: du diagnostic à la réparation

Comprendre le fonctionnement global des appareils électroménagers et des outils ainsi que les bases de l'électricité. Apprendre à démonter sans casser ni se blesser, à identifier la cause du problème (mécanique, électronique...) et bien sûr à réparer.

dates : 20 et 21 avril & 11 et 12 mai
durée : 4 jours
Lieu : à DÉFINIR
public : TOUT PUBLIC ET PROFESSIONNELLES



habitat & CONSTRUCTION

SketchUp : logiciel de modélisation

S'initier et progresser dans l'utilisation de SketchUp, pour modéliser en 2D et 3D des objets et des constructions : une première journée pour appréhender le logiciel, sa méthodologie, et les outils de dessin fondamentaux ; une deuxième pour améliorer sa pratique et produire des esquisses ; une troisième pour apprendre à réaliser des plans d'exécution.

dates : 20 mars, 3 avril, 27 avril
durée : 3 jours
Lieu : ROYÈRE-DE-VASSIÈRE (23)
public : TOUT PUBLIC ET PROFESSIONNELLES



pédagogie & transmission

Formation de formateur·trices

On peut maîtriser un savoir-faire et pour autant se demander comment le transmettre. Nous proposons à des professionnel·les qui souhaitent devenir formateur·trices des appuis théoriques et les guiderons dans la création de leurs ressources pratiques pour mener des formations.

dates : 28, 29, 30 avril
durée : 3 jours
Lieu : GENTIOUX-PIGEROLLES (23)
public : PROFESSIONNELLES ET (FUTURES) FORMATEUR·TRICES DÉBUTANT·ES AVEC UN PROJET DE TRANSMISSION



Cofinancé par l'Union européenne



RÉGION
Nouvelle-Aquitaine





Soin au Travail

Animer une réunion

Cette formation d'une journée permet d'acquérir les fondamentaux de l'animation d'une réunion dans toutes ses ambivalences : favoriser l'expression et distribuer la parole, préparer et s'adapter aux imprévus, équilibrer entre efficacité et inclusivité.

dates : 5 mai
durée : 1 jour
Lieu : PEYRAT-LE-CHÂTEAU (87)
public : TOUT PUBLIC ET PROFESSIONNELLES

Vivre de son activité indépendante

Pas toujours évident d'être à son compte sur la Montagne limousine... Les client-es ne sont pas toujours au rendez-vous, ou alors c'est la surcharge mais côté revenus, ça ne suit pas forcément. Cette formation propose d'apprendre à construire des offres de produits/services qui prennent en compte aussi bien la rentabilité que l'épanouissement et les valeurs personnelles ; de travailler la stratégie de communication et de démystifier la vente. L'objectif : mieux vivre de son activité indépendante.

dates : 3, 4, 5 juin
durée : 3 jours
Lieu : EYMOUTIERS (87)
public : INDÉPENDANTES, FREE-LANCE, AUTOENTREPRENEUR-EUSES

EN PARTENARIAT

Création radiophonique

Radio Vassivière propose une formation à l'écriture radiophonique, apprenez à faire de la radio avec leur équipe ! L'enjeu de cette formation est de s'initier aux bases de l'écriture sonore : prise de son, montage et mixage. Vous vous exercerez à enregistrer, monter et mixer et, si tout va bien, vous réaliserez une (première) création sonore.

dates : DU 18 AU 22 mai
durée : 5 jours
Lieu : FELLETIN (23)
public : TOUT PUBLIC, PAS DE PRÉREQUIS



SUR DEMANDE

Reliefs peut intervenir à la demande de structures ou groupes constitués pour y animer des formations et temps de travail sur différents sujets :

Gestes et Postures

Comment préserver son corps au travail, en fonction de son activité et ses contraintes

Risques psychosociaux

Comment anticiper les risques pour protéger la santé mentale et physique au travail

Échanges de pratiques intra et interprofessionnels

Renforcer la coopération au sein des équipes ou entre pairs ; favoriser les échanges de savoirs et de savoir-faire

Formation de formateur-trices

Se questionner et s'outiller sur ses pratiques de transmission

Transmission de savoirs et de savoir-faire

Valoriser les savoirs et les savoir-faire des personnes expérimentées ; soutenir la transmission et l'appropriation au sein des collectifs

D'autres sujets à venir...

N'hésitez pas à nous faire part de vos besoins.

accessibilité :

Reliefs s'engage à accompagner les personnes en situation de handicap dans leurs parcours de formation. Ensemble, nous identifierons les éventuelles contraintes et freins à l'accessibilité et dans la mesure du possible, nous mettrons en place les solutions adaptées. Contactez-nous pour en discuter.

07 80 01 55 13
 06 09 71 62 93
contact@of-reliefs.fr
www.of-reliefs.fr

qui sommes-nous ?

ReLiefs est un organisme de formation implanté sur la Montagne Limousine et ses alentours depuis 2024. Son programme itinérant se déroule au plus près des habitant·es et des professionnel·les. Ses actions s'inscrivent dans l'héritage de l'Éducation Populaire.

Nos objectifs :

- **RÉPONDRE AUX BESOINS EN FORMATION DU TERRITOIRE**
- **CONTRIBUER À L'INGÉNIERIE PÉDAGOGIQUE DE PROJETS APPRENANTS**
- **PARTICIPER À LA DYNAMIQUE LOCALE DES RÉSEAUX PROFESSIONNELS DE LA FORMATION, L'EMPLOI ET L'INSERTION**

ReLiefs est issu d'un travail coopératif entre des structures du territoire, Pivoine, L'Arban, Quartier Rouge et des professionnelles de la formation et des sciences sociales.

Les activités de **ReLiefs** visent à participer activement au développement du territoire. Nous cherchons à développer une culture commune de la formation.

LA FORMATION EST BIEN PLUS QUE L'APPRENTISSAGE DE COMPÉTENCES INDIVIDUELLES.

Des formations pour :

- CONSOLIDER LES PARCOURS PROFESSIONNELS •
- ACCOMPAGNER LES STRUCTURES • STIMULER LES ACTIVITÉS • SOUTENIR LES INITIATIVES LOCALES • CRÉER DU LIEN • FAIRE ENSEMBLE •
- SE RENCONTRER •

ReLiefs est un outil pour la transition, favorisant la transformation des métiers et des pratiques pour répondre aux enjeux de demain (sociaux, environnementaux, économiques...).

ReLiefs c'est aussi :

- des **formations sur-mesure** dans votre contexte
- de l'**accompagnement pédagogique** et du soutien pour concevoir vos formations.

VOUS POUVEZ FAIRE APPEL À NOUS :

- **si** vous identifiez un **besoin de formation** autour de vous et/ou souhaitez organiser une formation (dans votre structure, avec des pairs, ...)
- **si** vous souhaitez **transmettre** vos connaissances et vos savoir-faire
- **si** vous souhaitez organiser de l'**analyse de pratique** (dans votre structure, avec des pairs, ...)
- **si** vous êtes professionnel·les de la formation, de l'emploi ou de l'insertion et que vous souhaitez **rencontrer des pairs**.

CONTACTEZ-NOUS POUR TOUTE QUESTION

07 80 01 55 13

06 09 71 62 93

CONTACT@OF-RELIEFS.FR

WWW.OF-RELIEFS.FR

TARIFS & AMÉNAGEMENTS

Notre programme relève de la formation professionnelle.

Vous pouvez financer votre participation en ayant recours **aux fonds de formation professionnelle** liés à votre activité et votre statut (OPCO).

Si vous ne disposez pas de droits à la formation, il est possible de participer individuellement. **Le tarif journalier est de 200€ pour les professionnel·les et 80€ pour les particuliers** (sauf exception).

Nous réservons des places à demi-tarif sur chaque formation pour les personnes avec des situations spécifiques, vous pouvez nous le demander.

Faites-nous part de vos **besoins spécifiques** et nécessités d'adaptations pour que nous organisions au mieux votre accueil (accès, modalités pédagogiques, ...).