

# Sommaire des formations 2025-2026

## FCARA



Formation	Animée par	Dates	Crédits accordés
CODV03 - Harmonisation travail et vie personnelle : santé et bien-être des entrepreneurs	Julie Tremblay-Potvin	26 novembre 2025 24 mars 2026	2
CODV04 - Vivre les ressources humaines au quotidien. Un défi!	Valérie Côté	4 et 11 décembre 2025 29 janvier et 5 février 2026	3
COOP01 - La coopération, un monde à découvrir	Andréa Renaud	11 sept 2025 - F 15 septembre 2025 - A 29 octobre 2025 - F 14 novembre 2025 - F 9 décembre 2025 - F 22 janvier 2026 - F 12 mars 2026 - F 16 mars 2026 - A 21 avril 2026 - F 27 mai 2026 - F	4
COOP03 - Leadership coopératif	Colette Lebel et Maryse Bélisle	19 novembre 2025 19 février 2026	3
COOP04 - Le paradigme coopératif	André Martin	5 novembre 2025 10 février 2026	2
FING02 - Agriculture et économie de marché 1	Nicolas Mesly	17 novembre 2025 13 avril 2026	4
FING03 - Agriculture et économie de marché 2	Nicolas Mesly	24 novembre 2025 20 avril 2026	2
FING04 - Gestion stratégique de la coopérative	Michel Lafleur	3 décembre 2025 11 mars 2026	3
GOUV01 - Les rôles d'administration et de gestion : pour une bonne gouvernance coopérative	Colette Lebel	13 novembre 2025 12 février 2026	4

# Harmonisation travail et vie personnelle : santé et bien-être des entrepreneurs

## Description

Vous vous demandez sans cesse quand tout ça va se calmer ou comment vous organiser pour un rythme plus équilibré? Reprenez possession de votre expérience du temps, du travail et de la vie avec une réflexion stratégique personnalisée, basée sur de bons réflexes et de bons outils pour trouver une formule qui convienne à vos besoins, à ceux de votre entreprise et à ceux de vos partenaires de vie ou de travail.

Le modèle Temps Blanc propose une méthode simple de collaboration bienveillante et des outils pratiques de gestion de soi, de leadership personnel et de conciliation des besoins pour mieux rythmer le quotidien occupé, afin de préserver ce qui compte le plus : la santé et les relations qui nous sont chères.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous aurez...

1. Une meilleure compréhension des symptômes de stress et de détresse, ainsi qu'une capacité accrue à les reconnaître;
2. Une maîtrise des notions de récupération et de gestion du Temps Blanc;
3. Des outils pour une harmonisation optimale travail-famille-vie personnelle et santé;
4. Une compréhension de vos propres besoins et des outils pour faire preuve d'agilité au quotidien et mieux communiquer avec ses partenaires;
5. Eu du temps de recul et de réflexion pour identifier des stratégies personnalisées à votre personnalité et à votre contexte.

## Animatrice

Julie Tremblay-Potvin est Conseillère en innovation et prévention en santé durable au travail, Julie est passionnée de mieux être, de communication et de design de solutions. Elle est également créatrice du modèle Temps Blanc, une méthode de gestion bienveillante et réaliste de l'espace mental et du temps.

Soucieuse d'outiller concrètement les entrepreneurs, les gestionnaires et les équipes de la nouvelle vague dans l'adoption de réflexes de gestion de l'espace mental et du temps, de collaboration bienveillante et de saine performance, Julie se dévoue à la création de contenus, conférences, ateliers et parcours d'apprentissages qui répondent à leurs besoins et à leur réalité en constante évolution.

Julie est une designer de solutions et stratège d'avant-garde, convaincue qu'on peut vivre et travailler de façon plus saine dans notre monde plus rapide et exigeant que jamais.

# Vivre les ressources humaines au quotidien. Un défi!



## Description

Cette formation, s'adresse aux gestionnaires en agriculture, plus précisément pour les membres FCARA du secteur agricole souhaitant améliorer leurs pratiques en ressources humaines. Axée sur des outils concrets, simples et directement transférables en entreprise, elle propose une approche pratique adaptée à la réalité du milieu agricole.

La formatrice saura vous inculquer les principes efficaces de gestion des RH, illustrés par des exemples vécus sur le terrain. Vous apprendrez à mieux gérer les conflits, à composer avec des employés difficiles et, surtout, à mettre en place des stratégies simples pour fidéliser vos employés.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure...

1. D'expliquer les bases de la gestion des ressources humaines appliquées au contexte agricole;
2. Développer des stratégies concrètes pour améliorer le sentiment d'appartenance et la rétention du personnel;
3. De mieux gérer les conflits et les employés difficiles de manière proactive et respectueuse;
4. D'utiliser des outils simples pour structurer la communication interne, clarifier les rôles et intervenir avec équité;
5. De mieux prévenir et gérer les situations de harcèlement psychologique au travail.

Les thèmes abordés incluent...

- Le sentiment d'appartenance : facteurs d'engagement et rôle du gestionnaire.
- L'accueil et l'intégration : stratégie de fidélisation efficace.
- La gestion des conflits : étapes, outils, rôles et responsabilités.
- Les types d'employés difficiles et les attitudes à adopter.
- La gradation des sanctions et les mesures disciplinaires.
- La communication RH : rétroaction constructive, écoute active, clarté des règles.
- La prévention du harcèlement psychologique.
- La communication consciente et l'intelligence émotionnelle au service de la gestion humaine.

## Animatrice

Valérie Côté est Bachelière en relations industrielles de l'Université Laval et issue du milieu agricole (10 ans sur la ferme), Valérie Côté cumule une solide expérience en gestion des ressources humaines dans le secteur agroalimentaire.

Depuis 2022, elle agit comme formatrice pour VEC - Entreprises Communauté. Passionnée par la transmission de savoirs adaptés aux réalités du terrain, elle a pour mission de simplifier la gestion des ressources humaines dans les entreprises agricoles, afin qu'elle devienne un levier de performance et de pérennité.

# La coopération, un monde à découvrir

## Description

Cette formation vise à fournir aux participants une connaissance de base en coopération afin de les amener à en identifier les caractéristiques propres et à apprécier le potentiel de cette forme unique d'entrepreneuriat pour les producteurs agricoles du Québec.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. Nommer les circonstances qui ont mené à la naissance des premières coopératives;
2. Expliquer les principales différences entre les entreprises coopératives et les entreprises à capital-actions;
3. Discuter de l'importance des coopératives au Québec et dans le monde;
4. Devenir des porteurs de la culture coopérative.

Les thèmes abordés incluent...

- Histoire et portrait actuel de la coopération;
- La Déclaration sur l'identité coopérative;
- Jeu d'expérimentation;
- Avantages et contraintes de la coopération;
- Les rôles des différents intervenants dans une coopérative.

## Animatrice

Andréa Renaud est directrice des Affaires coopératives chez Sollio Groupe Coopératif. À ce titre, elle est responsable de l'éducation coopérative et l'animation de la vie associative au sein du grand réseau de Sollio Groupe Coopératif. Elle est diplômée d'une maîtrise en gestion du développement des coopératives et des collectivités de l'Université de Sherbrooke.

Elle siège au conseil d'orientation de l'Institut de recherche pour les coopératives et mutuelles de l'Université de Sherbrooke (IRECUS) et au conseil d'administration du Centre interdisciplinaire de recherche et d'information sur les entreprises collectives (CIRIEC).

# Leadership coopératif

## Description

Cet atelier vous propose une réflexion sur le concept du leadership. À l'aide de textes de plusieurs auteurs, vous serez appelé à vous interroger sur votre propre style de leadership et sur le style de leadership souhaité en milieu coopératif.

## Objectifs

À la fin de cet atelier,

1. Vous aurez exploré différentes approches du leadership, selon différents auteurs;
2. Vous aurez pris conscience de votre propre style de leadership;
3. Vous aurez quelques pistes pour améliorer l'exercice de votre leadership.

Les thèmes abordés incluent...

- Les attributs du leader;
- Les fonctions du leadership;
- Les différentes approches du leadership;
- Le développement du leadership;
- Le leadership coopératif.

## Animatrice

Colette Lebel a eu une longue carrière dans le réseau des coopératives agricoles du Québec. Elle a quitté en 2022, alors qu'elle occupait le poste de directrice des affaires coopératives chez Sollio Groupe Coopératif.

En 2023, elle a publié Plaidoyer pour la coopération, dans lequel elle fait valoir la grande pertinence de la coopération pour relever les défis actuels.

Récipiendaire de nombreux prix pour ses billets de réflexion coopérative et pour son engagement dans le milieu, elle a reçu le Mérite SOCODEVI d'intercoopération en 2020 et a reçu la décoration de l'Ordre du mérite coopératif, 4<sup>ième</sup> degré, en 2024.

# Le paradigme coopératif

## Description

Cette formation permet de présenter la coopération comme un paradigme sociétal très actuel en proposant une réflexion approfondie (et philosophique) sur les valeurs et les finalités particulières de cette façon d'être et de faire dans un univers social et entrepreneurial en quête de sens.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. Décrire ce qu'est un paradigme social et ses influences dans notre quotidien;
2. Présenter les fondements du coopératisme (son enracinement historique, ses valeurs et ses principes);
3. Poser un regard sur la place de la coopération au 21<sup>e</sup> siècle comme paradigme capable de répondre aux défis de nos univers sociaux et entrepreneuriaux en quête de sens.

## Animateur

André Martin est chercheur indépendant. Il a travaillé comme professeur associé à l'Institut de recherche et d'éducation pour les coopératives et les mutuelles de l'Université de Sherbrooke (IRECUS) pendant une quinzaine d'années. Ses champs d'intérêts, outre la philosophie coopérative, sont l'éthique à la coopération, l'éducation et l'importance de la culture à l'intérieur d'un projet coopératif plus politique.



# Agriculture et économie de marché 1 – Réagir à un environnement d'affaires mouvant



## Description

Cette formation vous guidera dans une démarche d'analyse de l'environnement concurrentiel dans lequel baigne les entreprises agricoles québécoises. Vous serez à même de constater les principaux enjeux de votre propre production sur l'échiquier national et international. Le cours culmine avec l'exercice par les participants de la matrice « Forces/Faiblesses/Opportunités/Menaces » de l'agriculture québécoise.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. Approfondir votre capacité d'analyse pour optimiser le positionnement stratégique de votre entreprise dans un monde complexe et changeant;
2. Réfléchir aux facteurs sociaux, économiques et environnementaux qui influencent l'offre et la demande sur les marchés agricoles et alimentaires.

Les thèmes abordés incluent...

- Tendances de consommation/changements sociologiques/situation au Québec et ailleurs dans le monde;
- Fondamentaux économiques/taux d'intérêt/taux de change/endettement/prix des intrants et des denrées/Bourse de Chicago/commerce international/GO/main-d'œuvre/technologie/concentration de l'industrie;
- Ressources naturelles (terres, eau, énergie).

## Animateur

Nicolas Mesly est journaliste, agroéconomiste, photographe, conférencier, animateur, spécialisé dans les enjeux agroalimentaires et écologiques. Il est l'idéateur du documentaire « Québec, terre d'asphalte » et du livre d'enquête « Terres d'asphalte » sur le prix et la spéculation des terres agricoles dans la province. Il collabore aux émissions de la Société Radio-Canada (Moteur de recherche, RDI, Le 15-18) et aux magazines spécialisés Coopérateur, Le Bulletin des agriculteurs et il est correspondant pour le journal La France Agricole. Les associations canadiennes de presse ont récompensé son travail à plus de trente reprises.

Il combine une carrière journalistique et diplomatique. Il a commencé sa carrière comme journaliste au Bulletin des agriculteurs avant d'être attaché de presse du ministre de l'Agriculture du Canada. Il a par la suite été responsable du développement commercial dans le secteur agroalimentaire avec la Chine et l'Amérique latine pour Agriculture et Agroalimentaire Canada avant d'être posté à titre de secrétaire commercial et vice-consul à l'ambassade canadienne à Caracas, Venezuela. Il est retourné au journalisme comme correspondant pigiste à partir de Santiago, au Chili, avant de revenir au Québec. Nicolas Mesly est trilingue : français, anglais, espagnol.

# Agriculture et économie de marché 2

## Description

Cette formation est la suite du cours Agriculture et économie de marché I. Vous en apprendrez davantage sur l'histoire et les tendances des politiques agricoles québécoises et canadiennes et des outils instaurés par Québec et par Ottawa pour soutenir et réguler les marchés agricoles, soutenir une transition écologique ainsi que le rôle de l'OMC. Une comparaison est faite avec la politique agricole américaine (Farm Bill) et la politique agricole commune de l'Union européenne (PAC) entre autres en matière de conservation des sols et de lutte aux changements climatiques

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. Analyser, poser un regard critique et entrevoir l'évolution des outils de notre politique agricole et agroalimentaire québécoise et canadienne;
2. Analyser les politiques agricoles/outils de nos concurrents et partenaires commerciaux.

Les thèmes abordés incluent...

- Les caractéristiques de l'économie agricole et les raisons pour lesquelles les gouvernements appuient leurs agriculteurs et agricultrices.
- L'analyse de différents outils (Plants conjoints, ASRA, ASREC, Agris, aide à la relève, financement agricole)
- Rôles de l'UPA et du mouvement coopératif
- Le commerce international incluant la GO est discuté plus en profondeur au sein de l'ACEUM sous Trump 2.0, avec l'Europe (AECG) ainsi que le poids de la Chine.
- On s'interroge à savoir si les producteurs et productrices devraient être payés pour des services environnementaux? (Conservation des sols et de l'eau).

## Animateur

Nicolas Mesly est journaliste, agroéconomiste, photographe, conférencier, animateur, spécialisé dans les enjeux agroalimentaires et écologiques. Il est l'idéateur du documentaire « Québec, terre d'asphalte » et du livre d'enquête « Terres d'asphalte » sur le prix et la spéculation des terres agricoles dans la province. Il collabore aux émissions de la Société Radio-Canada (Moteur de recherche, RDI, Le 15-18) et aux magazines spécialisés Coopérateur, Le Bulletin des agriculteurs et il est correspondant pour le journal La France Agricole. Les associations canadiennes de presse ont récompensé son travail à plus de trente reprises.

Il combine une carrière journalistique et diplomatique. Il a commencé sa carrière comme journaliste au Bulletin des agriculteurs avant d'être attaché de presse du ministre de l'Agriculture du Canada. Il a par la suite été responsable du développement commercial dans le secteur agroalimentaire avec la Chine et l'Amérique latine pour Agriculture et Agroalimentaire Canada avant d'être posté à titre de secrétaire commercial et vice-consul à l'ambassade canadienne à Caracas, Venezuela. Il est retourné au journalisme comme correspondant pigiste à partir de Santiago, au Chili, avant de revenir au Québec. Nicolas Mesly est trilingue : français, anglais, espagnol.



# Gestion stratégique de la coopérative

## Description

Cette formation traite des défis de la coopération et des stratégies de gestion qui permettent aux gestionnaires et administrateurs de coopératives de connaître les raisons qui sont à la base de leur succès. Elle propose d'étudier le modèle des défis coopératifs, un outil de gestion unique parce qu'il a été conçu afin de permettre aux administrateurs et aux gestionnaires de coopératives de mieux identifier le lien entre le succès et le statut de coopérative.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. D'expliquer l'apport de l'identité coopérative à la réussite commerciale et au développement d'une coopérative;
2. D'identifier des pratiques de gestion nécessaires à la croissance de votre organisation et à les mettre en relation avec les défis coopératifs qui animent le réseau coopératif agricole.

Les thèmes abordés incluent...

- L'identité coopérative
- Les bonnes pratiques de gestion d'une coopérative et les différents défis du modèle coopératif :
  - défi de la bonne gouvernance;
  - de l'inter-coopération;
  - de l'investissement et de la capitalisation;
  - des valeurs coopératives;
  - de la relation d'usage;
  - du développement de la collectivité;
  - de l'éducation coopérative;
  - du service/produit.

## Animateur

Michel Lafleur est détenteur d'un doctorat en administration des affaires et d'une maîtrise en gestion des coopératives. Il a été directeur de l'Institut de recherche et d'enseignement pour les coopératives de l'Université de Sherbrooke (IRECUS) et de son programme de maîtrise de 2003 à 2013. Il est lui-même président d'une coopérative dans la région de Sherbrooke. Il s'intéresse tout particulièrement à la gestion des coopératives, à la stratégie et à la gestion dans un cadre de développement durable.

# Les rôles d'administration et de gestion : pour une bonne gouvernance

## Description

Cette formation est une introduction aux notions de base en gouvernance coopérative. Le rôle d'un administrateur ainsi que celui du conseil d'administration seront présentés. Vous serez également exposé au rôle d'une direction générale et, à l'aide d'exemples concrets, nous verrons de quelle manière ces deux entités interagissent.

## Objectifs

À la fin de cette formation, vous serez en mesure de...

1. Expliquer ce qu'est la gouvernance coopérative;
2. Distinguer entre le rôle et les responsabilités propres au conseil d'administration et ceux de la direction générale;
3. Comprendre la complémentarité des rôles de chacun des intervenants dans une entreprise coopérative.

Les thèmes abordés incluent...

- Principes de la gouvernance contemporaine d'entreprise;
- Responsabilités d'un conseil d'administration;
- La double nature de la coopérative;
- Les trois acteurs de la gouvernance coopérative : les membres, le conseil d'administration et la direction générale;
- Les relations entre le conseil d'administration et la direction générale.

## Animatrice

Colette Lebel a eu une longue carrière dans le réseau des coopératives agricoles du Québec. Elle a quitté en 2022, alors qu'elle occupait le poste de directrice des affaires coopératives chez Sollio Groupe Coopératif.

En 2023, elle a publié Plaidoyer pour la coopération, dans lequel elle fait valoir la grande pertinence de la coopération pour relever les défis actuels.

Récipiendaire de nombreux prix pour ses billets de réflexion coopérative et pour son engagement dans le milieu, elle a reçu le Mérite SOCODEVI d'intercoopération en 2020 et a reçu la décoration de l'Ordre du mérite coopératif, 4<sup>ième</sup> degré, en 2024.