

LES CONSEILS POUR BIEN VIVRE SON ENGAGEMENT

Retours d'élu.es et de salarié.es



Prendre du plaisir dans son engagement :

- Ne te place pas dans une dimension sacrificielle, mais dans une démarche épanouissante.
- Choisis des missions qui te plaisent et correspondent à tes envies et appétences.

S'organiser :

- Formalise les choses à l'écrit (coordination, répartition des tâches, diffusion des d'informations...).
- Tout se fera bien si tu t'organises et avances pas à pas.

S'entourer et favoriser le travail d'équipe :

- Connecte-toi à des homologues ayant déjà occupé ou occupant encore cette fonction, et prends le temps de les rencontrer.
- Fais équipe : "Seul-e, on va vite, ensemble, on va plus loin".
- Tu fais partie d'une équipe et la SLA est un projet équipe !

Rester à l'écoute et en lien :

- Essaie d'installer une relation de confiance avec ton équipe régionale
- Échange régulièrement avec la région et les autres groupes

Commencer par l'essentiel

- Priorise les tâches simples et essentielles.
- Évite de te lancer dans des projets pharaoniques dès le départ.

Prendre soin de toi :

- Préserve ton équilibre personnel, ne te surcharge pas
- Fixe-toi des objectifs réalistes et atteignables.
- C'est bien d'avoir des centaines d'idées mais pour être fière de ce qu'on fait il faut en concrétiser une ou deux.
- Un engagement pleinement investi et épanouissant vaut mieux que plusieurs engagements inachevés.

Demander de l'aide :

- N'hésite pas à solliciter de l'aide ou des conseils auprès de tes pairs.

Rester confiant.e :

- Ne pense jamais que c'est impossible !

Et surtout : essayer de s'amuser !

- Prends du plaisir dans tes missions et choisis celles qui te motivent vraiment.
- L'important est de ne pas stresser inutilement, mais de savourer ton engagement associatif.



ÉCLAIREUSES & ÉCLAIREURS
DE FRANCE