



**Cohérences**  
des Projets et des Hommes



## Prestations et formations 2026

Conseil - Evaluation - Formation - Coaching



**Social  
médico-social**



**Habitat  
social**



**Entreprise  
privée**



**Service  
public**

**Toutes nos prestations peuvent se faire « sur mesure » en fonction de votre agenda, de vos objectifs et en tenant compte de vos contraintes et de vos attentes.**

**Pour des interventions de type : audit – séminaire – accompagnement d'équipe, nous consulter pour propositions, méthodes et devis.**

Organisme certifié Qualiopi pour les actions de formation et les bilans de compétences

Habilitation à dispenser les formations Economiques et SSCT des membres du CSE

Habilitations à dispenser les formations des dispositifs CléA®, CléA® numérique et CléA® Management

Titre professionnel de Formateur Professionnel d'Adultes

Prévention des Risques liés à l'Activité Physique  
« Acteur P.R.A.P. Industrie Bâtiment Commerce  
Activités de Bureau »  
Habilitation INRS

Habilitation Certibiocide Désinfectants



**Vos interlocutrices :**

Karine BURDO : k.burdo@coherences.fr

Emilie TALVAT : e.talvat@coherences.fr

Laure CARAS : l.caras@coherences.fr

Edito

# Retour chiffré sur 2025

Au regard de notre très belle année, nous souhaitons partager avec vous nos chiffres 2025



**328** entreprises clientes

**60** formateurs qui interviennent sur toute la France

**3 945** personnes formées

**6 791** heures de formation dispensées

**193** thématiques de formation différentes

**92.4%** des personnes formées sont satisfaites de leur formation dispensée par Cohérences

**32** ans d'existence 😊

## Conseil et accompagnement sur mesure

Coaching	p 5
Médiation relationnelle	p 6
Régulation d'équipe	p 7
La Fresque de l'Economie Circulaire	p 7
Organisation et animation de séminaires	p 8
Préparation mentale	p 9-10
Audits et Diagnostics	p 11
Diagnostic et plan d'action RH	p 12
Accompagnement Qualité de Vie et des Conditions de Travail – Baromètre Social	p 13
	p 14

## Solutions de formations innovantes

Analyse de la pratique professionnelle	p 15
Ateliers de co-développement	p 16
Vidéo de formation	p 17
Parcours Liberté	p 18
Short learning	p 19
	p 20

## Formations finançables au titre du CPF

Bilan de compétences orienté coaching	p 21
Bilan de compétences modulaire	p 22
Bilan de compétences entrepreneurial	p 23
Certification CléA : notre dispositif proposé	p 24
Certification CléA numérique	p 25
Certification CléA Management	p 26
Titre Professionnel de Formateurs d'Adultes	p 27
PRAP IBC – Prévention des risques liés à l'activité physique	p 28
SST	p 29
Habilitations électriques BS limité et recyclage	p 30
	p 31

## Formations

### Spécifiques métiers

Secteur Habitat Social	p 32-33-34-35
Secteur Social et Médico-Social	p 36
Entreprises et collectivités	p 37-38

## Formations Inter-entreprises

### Communication et relations humaines

Exister dans sa communication : un défi au quotidien Niveau I, II et III	p 41
Utiliser l'Analyse Transactionnelle dans ses relations professionnelles	p 42
Apprendre et mettre en pratique les bases de la Communication Non Violente (CNV)	p 43
Améliorer la connaissance de soi et des autres avec PCM	p 44
Développer sa connaissance de soi et ses capacités relationnelles avec PCM	p 45
Prévenir et traiter les conflits relationnels	p 46
Mieux accompagner ses émotions, prévenir et gérer son stress	p 47
Apprendre à gérer son temps et ses priorités sans stress	p 48
Mieux communiquer grâce aux outils de l'improvisation théâtrale	p 49
Améliorer sa prise de parole en public	p 50
Booster sa mémoire	p 51
Optimiser ses écrits professionnels	p 52
Comprendre les personnes atteintes de troubles psychiques	p 53
Améliorer sa posture dans la relation d'aide	p 54
Sensibilisation à la culture sourde à la LSF et aux modes de communication non verbale	p 55
Mieux se connaître pour mieux communiquer avec le DISC <b>NOUVEAU</b>	p 56

Et aussi, en intra muros

**p 39**

**p 40**

p 41

p 42

p 43

p 44

p 45

p 46

p 47

p 48

p 49

p 50

p 51

p 52

p 53

p 54

p 55

p 56

p 57

### Relation Client

Vendre par et sur internet	p 59
Comprendre le besoin de notre cible et mener un entretien de découverte	p 60
Les fondamentaux de la relation client par téléphone	p 61
Réussir ses appels sortants au téléphone	p 62
Réseaux sociaux : savoir les utiliser avec pertinence et efficacité	p 63
Décrypter les besoins clients et apporter de la valeur <b>NOUVEAU</b>	p 64
Mieux vendre avec le DISC <b>NOUVEAU</b>	p 65
Construire un pitch efficace <b>NOUVEAU</b>	p 66

### Management et Encadrement

Les fondamentaux du management	p 68
Déléguer et responsabiliser : le management par la confiance	p 69
Le management en mode projet	p 70
L'entretien annuel d'évaluation : enjeux et méthodes	p 71
Transformer son mode de management : évoluer vers le leader positif	p 72
Affiner son management à l'aide de l'Analyse Transactionnelle	p 73
Communiquer et manager en fonction transversale	p 74
Développer ses compétences managériales	
Parcours blended-learning	p 75
Conduire et accompagner le changement : de l'adaptation à l'acceptation	p 76
Renforcer sa posture managériale grâce aux outils du théâtre	p 77
Neuromanagement et management par l'intelligence émotionnelle	p 78
Mieux coopérer en équipe avec le DISC <b>NOUVEAU</b>	p 79
Faciliter l'intelligence collective et la cohésion d'équipe <b>NOUVEAU</b>	p 80

**p.58**

p 59

p 60

p 61

p 62

p 63

p 64

p 65

p 66

**p 59**

p 68

p 69

p 70

p 71

p 72

p 73

p 74

p 75

p 76

p 77

p 78

p 79

p 80

Managers, désamorcez les conflits et rétablissez le dialogue avec le protocole de Karpman **NOUVEAU**

Tuteur en entreprise

Formateur Professionnel d'Adultes

Devenir formateur – tuteur AFEST **NOUVEAU**

Et aussi, en intra-muros

## Ressources Humaines et relations sociales p 86

Gestion des Ressources Humaines et droit du travail (fondamentaux) p 87

Droit social pour managers p 88

Le CSE – Comité Social Economique p 89

Formation SSCT des membres du CSE (- de 50) p 90

Formation SSCT des membres du CSE (+ de 50) p 91

Formation économique des membres du CSE p 93

Référents CSE – Lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes p 93

Réussir les NAO (Négociations Annuelles Obligatoires) p 94

Réussir vos recrutements p 95

Bien utiliser les réseaux sociaux pour recruter p 96

Recruter les publics issus de la diversité p 97

Paie : maîtriser les techniques et méthodes de calcul (niveau 1) p 98

Paie : contrôler et sécuriser ses méthodes de calcul (niveau 2) p 99

Bien préparer sa retraite p 100

p 81

p 82

p 83

p 84

p 85

## Prévention – Santé – Sécurité

**p 101**

Réaliser votre Document Unique d'Evaluation des Risques

Professionnels (DUERP) p 102

Pour gagner en performance collective : prévenir les RPS et améliorer la QVCT

p 103

Prévenir le harcèlement moral au travail

p 104

Prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes

p 105

Gestes et postures : prendre soin de sa santé physique au travail

p 106

Prévenir les risques de chutes de plain-pied p 107

Hygiène et entretien des locaux p 108

La pré-imprégnation p 109

La connaissance des produits de nettoyage p 110

Le Bionettoyage des locaux en Etablissement Médico-Social p 111

Certibiocide « Désinfectants » **NOUVEAU** p 112

Sensibiliser à la santé environnementale p 113

Sensibiliser aux écogestes au bureau p 114

Premiers Secours en Santé Mentale p 115

Accueillir les enfants en situation de handicap sur les temps périscolaires

p 116

Le yoga et la relaxation pour les tout petits (0 à 3 ans) p 117

Et aussi, en intra-muros p 118

Conditions générales p 119

Ils nous font confiance p 120



# Conseil et accompagnement sur mesure



Coaching



Médiation relationnelle



Régulation d'équipe



La Fresque de l'Economie Circulaire



Organisation et animation de  
séminaires



Préparation mentale



Audits et diagnostics



Diagnostic et plan d'action RH



Accompagnement Qualité de Vie  
et des Conditions  
de Travail – Baromètre Social



## Coaching

### Accompagnements individuels

C'est un accompagnement individualisé, basé sur la conviction en la capacité de réussite de chacun, au-delà des difficultés ponctuellement rencontrées dans le contexte professionnel.

Il vise à une progression dans l'action grâce à un processus de prise en compte par la personne accompagnée de son potentiel, de clarification de ses objectifs et de la mise en place d'un plan d'action réaliste pour les atteindre dans le respect de ses valeurs et de son environnement.

Fondée sur des approches telles que l'Analyse Systémique, l'Analyse Transactionnelle, la PNL, la Sémantique Générale, notre pratique du coaching est respectueuse d'une déontologie basée sur les valeurs de parité, d'autonomie, de transparence et de respect.

Ceci implique confidentialité, confiance et pragmatisme.

La démarche de coaching individuel est constituée de quatre étapes :

**Etape 1** : Prise de connaissance entre le coach et le coaché et élaboration de la demande

**Etape 2** : Validation du contrat tripartite

A l'issue des étapes 1 et 2, la démarche d'accompagnement sera validée ou non.

**Etape 3** : Réalisation des entretiens d'accompagnement

**Etape 4** : Clôture de l'intervention

#### Exemple d'une répartition des heures pour une action efficace :

Étapes	Durée	Planning
Etape 1 : Prise de connaissance et élaboration de la demande (rédaction)	1 à 2 heures	
Etape 2 : Validation du contrat tripartite Plus rédaction	1 heure	
Etape 3 : Réalisation des entretiens d'accompagnement	De 10 à 18 heures	De 5 à 8 mois
Etape 4 : Clôture de l'intervention / coach - coaché - responsable N+1	1 heure	

La démarche peut être interrompue sur l'initiative de l'un ou de l'autre, mais dans tous les cas elle est argumentée afin d'en expliquer la cause ou les motifs pour maintenir une relation de confiance et de bienveillance.



## Médiation relationnelle



## Régulation d'équipe



### Pourquoi la médiation ?

L'ambiance du travail, les relations au sein d'une équipe, peuvent être gravement parasitées par des difficultés relationnelles entre deux personnes ou deux groupes et amener des phénomènes d'exclusion ou de mise à l'écart.

Si la Direction ne sait pas comment réagir, hésite à s'engager ou à prendre parti, voire à sanctionner, la situation peut entraîner des conséquences réelles et sérieuses pour tous.

Ces conflits relationnels sont extrêmement délicats, potentiellement explosifs et contagieux.

L'intervention d'un professionnel de la relation, non impliqué et neutre permet de renouer le dialogue et de repartir sur des bases saines et constructives.

Il est important que chacun puisse être entendu et essaye de comprendre les points de vue divergents pour trouver ensemble des solutions réalistes et honorables.

### Travailler en cohésion et en cohérence

- Au-delà des compétences individuelles nécessaires à chacun pour remplir sa fonction, il est indispensable que les membres d'une même équipe, malgré leurs divergences, puissent s'entendre et se comprendre sur le sens et la finalité de leur travail.
- Le management a, bien sûr, son rôle à tenir : expliciter clairement les objectifs à atteindre et poser le cadre organisationnel de l'entreprise ; mais si les individus rencontrent des difficultés à travailler en équipe et à être, collectivement, sur la même « longueur d'onde », les parasitages engendrés par des problèmes de communication et d'affinités prennent le dessus sur la recherche de qualité.

### Cet accompagnement collectif

- A pour but de clarifier les relations au sein d'une équipe afin de permettre à chacun de trouver sa juste place dans l'organisation et de développer sa compétence professionnelle en se sentant reconnu et soutenu par le groupe
- Permet de dépasser les individualismes ou les stratégies personnelles pour se recentrer sur les besoins du collectif et les intérêts communs
- Suppose, de la part de la direction, une volonté d'identifier et d'exprimer les divergences ou les différences plutôt que de laisser s'installer les non-dits, les tensions, les conflits et la démobilisation



## La Fresque de l'Economie Circulaire

**Des ateliers qui s'adressent aux professionnels :**  
pour sensibiliser les entreprises, élus, étudiants, équipes projet, ...

Pour adopter une compréhension systémique et intégrer des enjeux de la transition écologique et découvrir les leviers de transformation.

Pour réfléchir ensemble et lancer des projets circulaires, montée en compétence, harmonisation des connaissances.

Des ateliers de 3 heures environ  
Avec un jeu de 42 cartes  
Par groupes de 4 à 10 participants

## Ludique, scientifique et positif... un atelier d'intelligence collective qui impacte !

Inspiré de la Fresque du Climat, cet atelier collaboratif permet de comprendre les enjeux de transformation de notre système de production-consommation linéaire vers un modèle plus vertueux : l'économie circulaire. Un changement de paradigme qui remet au centre la question de l'utilisation des ressources naturelles ainsi que la gestion des externalités, déchets et pollutions, générées par nos modes de vie.

Cet atelier dure environ 3h, s'appuie sur un jeu de cartes illustrées et se tient en format dynamique : les participants, debout autour d'une table, sont acteurs de la Fresque.

L'atelier se déroule en 4 temps :

- Comprendre les impacts du modèle économique linéaire
- S'appropriier les notions abordées à partir des échanges entre les participants
- Echanger, discuter, partager ses réflexions collectivement
- Circulariser, c'est-à-dire transformer le modèle linéaire grâce aux leviers de l'économie circulaire

Ce format d'atelier est particulièrement bien adapté à un projet de team building ou de séminaire d'entreprise.

Pour une meilleure appropriation des concepts et participation aux réflexions, chaque table d'animation ne doit pas comporter plus de 10 participants. Un animateur peut prendre en charge 2 tables simultanément, soit une vingtaine de participants au maximum.

Les animateurs de la Fresque de l'Economie Circulaire ont suivi un cursus de formation rigoureux vous garantissant une animation de qualité, tant sur la forme que sur le fond scientifique. Par leur adhésion à l'association « La Fresque de l'Economie Circulaire », ils ont accès à des ressources régulièrement mises à jour. L'association compte actuellement 760 animateurs en France et à l'étranger qui ont contribué à sensibiliser plus de 30 000 personnes aux enjeux de l'économie circulaire.

Au-delà de la rémunération de l'animateur, les ateliers tenus en entreprise sont sujets à une contrepartie financière reversée à l'association qui permet de financer le développement de l'association et la sensibilisation du grand public. Cette contribution, fixée à 20 €HT par participant, est comprise dans notre devis.





## Organisation et animation de séminaires



## Le théâtre d'entreprise

Nous pouvons concevoir et assurer tout ou partie de l'animation



## Le but

Vous souhaitez mobiliser vos équipes sur un thème ou un enjeu collectif : présenter votre projet d'entreprise, renforcer l'esprit d'équipe de vos collaborateurs, valoriser le travail réalisé, annoncer des résultats ou des décisions stratégiques...

Le séminaire est un outil à votre disposition :

- Séminaire de formation
- Cérémonie des vœux
- Journée du personnel
- Team building
- Séminaire incentive
- Séminaire de direction...

Nous vous accompagnons dans la préparation et l'animation du séminaire : un ou plusieurs jours ludiques et interactifs pour l'ensemble des collaborateurs en proposant des processus d'animation les plus adaptés à votre projet, à l'aide d'activités et de loisirs tels que le théâtre-outil, jeux et loisirs sportifs, course d'orientation...

## L'idée :

- Permettre aux participants de partager et de participer à l'évolution de leur structure, leur faire prendre une place dans la réflexion tout en passant un moment riche humainement par la manière de faire ensemble
- Les processus d'animation sont validés en fonction des messages clés identifiés

## Différents types d'activités parmi l'ensemble de nos animations :

Outil de communication efficace permettant de décrire une situation ou de proposer une réflexion, et d'offrir la possibilité de faire passer des messages forts dans un esprit de détente, de plaisir et de convivialité.

L'utilisation du théâtre favorise véritablement la prise de conscience, et incite chaque participant à moduler son point de vue et, éventuellement, à changer son comportement.

De façon DÉCALÉE et DROLEMENT EFFICACE... Cohérences vous propose de renforcer l'implication de vos équipes en intégrant le Théâtre Outil dans le cadre de vos séminaires, colloques, journées du personnel...

### Exemples de thèmes de séminaires déjà réalisés :

- « Efficacité et performance managériale »
- « La gestion de situations difficiles dans la relation client »
- « Être acteur de la démarche de prévention des risques psychosociaux »
- « Gérer les attitudes inciviques ou asociales des élèves »
- « Le management par la qualité »
- « Communiquer auprès des locataires sur les éco-gestes »



## Activités ludiques ou sportives au service des formations pour vos équipes



## Autres pistes pour l'animation d'ateliers

Nous consulter pour devis  
et étude personnalisée

## Cohésion de groupe - Affirmation de soi - Communication d'équipe - Motivation

### Objectifs :

- Sortir du contexte habituel de l'entreprise pour permettre à chacun de découvrir ses collègues sous d'autres aspects, sortir des schémas préconçus et offrir la possibilité d'un espace de convivialité inhabituel
- Réaliser des actions de cohésion de groupe au travers d'activités loisir-culture-sport et jeux de plein air accessibles à tous et en toute sécurité :
  - Course d'orientation
  - Jeux de pistes
  - Canoë
  - Accrobranche
  - Ateliers par équipe
  - Séances de dégustation
  - ...

### Ces activités sont de véritables leviers de mobilisation des salariés pour favoriser :

- Le sentiment d'appartenance et de cohésion des équipes
- Les capacités d'expression, la prise de décision et les choix stratégiques
- La réflexion, l'action, et l'investissement de chacun en équipe

Nous pouvons concevoir et assurer tout ou partie de l'animation.

---

Pour renforcer la confiance, le sentiment d'appartenance, l'envie de faire ensemble en partant des points forts, des ressources de la structure, nous vous proposons des ateliers courts mobilisant des outils de **l'intelligence collective** :

- Workshop
- Lego® Serious Play®
- Crayon participatif



## Préparation mentale

Un levier de performance managériale  
Réduire son stress  
Aider à la prise de décision  
Gagner en confiance en soi  
Développer sa créativité



## Qu'est-ce que la préparation mentale ?

La préparation mentale consiste à développer des compétences cognitives, émotionnelles et comportementales pour gérer le stress, améliorer la concentration, renforcer la confiance en soi et atteindre ses objectifs.

Si ces définitions sont dirigées vers un public sportif, elles concernent tout autant des personnes dans leurs cadre de travail, à l'exemple de dirigeants ou managers, étudiants, chefs de projets, animateurs de groupes et toute personne employée à la construction, l'élaboration, et l'atteinte d'un objectif.

- **Objectifs principaux** : Optimiser les performances, gérer les émotions, favoriser la résilience et maintenir un équilibre psychologique.

## Pourquoi est-elle importante ?

1. Meilleure gestion du stress : Identifier et réguler les sources de pression.
2. Amélioration de la performance : Optimiser les capacités, notamment en situation de défi.
3. Confiance en soi : Développer une image positive de ses compétences.
4. Résilience : Renforcer la capacité à rebondir après des échecs.

## Quelques outils et techniques de la préparation mentale :

1. Visualisation mentale : S'imaginer réussir une tâche ou une action.
2. Respiration et relaxation : Techniques pour se recentrer et réduire le stress.
3. Fixation d'objectifs : Définir des objectifs SMART (spécifiques, mesurables, atteignables, réalistes, temporels).
4. Routines et rituels : Créer des habitudes pour favoriser la concentration.
5. Gestion des pensées : Remplacer les pensées négatives par des affirmations positives.

## À qui s'adresse-t-elle ?

- Sportifs : Amélioration de la performance dans les compétitions.
- Étudiants : Préparation aux examens.
- Professionnels : Gestion du stress au travail, prise de parole en public.
- Personnes en rééducation ou convalescence : Motivation et gestion de l'anxiété.

## Exemple d'application pratique :

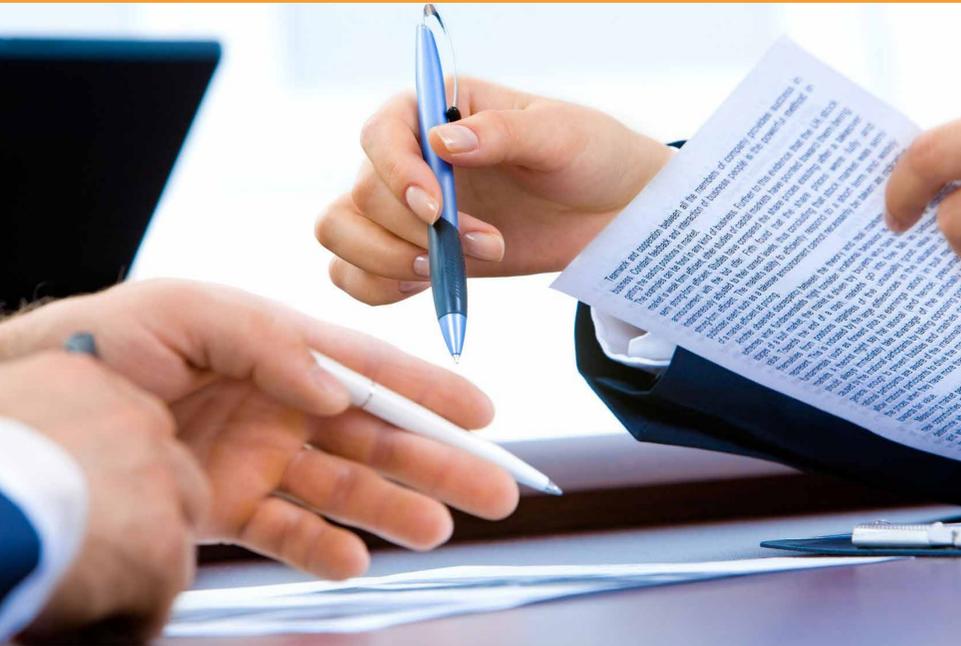
Un athlète de haut niveau peut, grâce à la préparation mentale, apprendre à se concentrer uniquement sur ses gestes techniques avant une compétition, tout en minimisant l'impact du stress externe.

Nous vous proposons un **accompagnement personnalisé**, qui sera mis en place à la suite d'un **premier entretien** afin de **définir l'objectif de « performance »** que vous vous fixez, puis nous élaborerons ensemble le niveau de suivi qu'il est souhaitable et possible de réaliser pour vous et le coach.

Enfin, nous mettrons **en pratique** les exercices pouvant **soutenir votre démarche** que vous pourrez ensuite **réaliser en toute autonomie**.



## Audits et diagnostics



Nous consulter pour devis  
et étude personnalisée

## Des outils d'amélioration continue...

- Faire le point sur l'existant, mener un état des lieux, est l'étape indispensable pour mettre en place un plan d'action adéquat en vue de corriger des écarts ou des dysfonctionnements
- Elaborer un diagnostic opérationnel impose de bien comprendre l'enchevêtrement complexe de facteurs qui relèvent à la fois de données organisationnelles, techniques et structurelles, mais aussi de mécanismes individuels et relationnels
- Les diagnostics que nous menons nécessitent une méthode rigoureuse et précise prenant en compte l'organisation autant que les personnes qui la composent
- Nos consultants s'attachent à relever les points faibles, anomalies et risques dans les structures qu'ils analysent en étant à l'écoute des différents acteurs dans un double souci de comprendre et de faire prendre conscience

## Méthodes et procédures

- Rencontre préalable avec les responsables du projet afin de préciser le contexte de la demande et valider les objectifs
- Constitution d'un comité de pilotage pour garantir transparence et démarche participative
- Pré-diagnostic à partir d'indicateurs significatifs et opérationnels
- Questionnaires élaborés spécifiquement pour la mission
- Analyse et traitement des données
- Réalisation d'entretiens (échantillonnages aléatoires afin de recueillir directement le vécu et le ressenti des salariés)
- Conclusion, bilan et présentation des résultats du diagnostic
- Préconisations et élaboration d'un plan d'actions

## Exemples d'actions déjà réalisées

- Diagnostics R.P.S.
- Audit R.H.
- Audit social
- Audit d'organisation
- Audit propreté
- Audit de mutualisation
- Audit associatif



# Diagnostic et plan d'action RH



## Le diagnostic RH répond aux objectifs suivants :

- Réaliser un état des lieux de la problématique soulevée
- Identifier les problématiques RH, les enjeux pour l'entreprise (juridique, climat social, développement des compétences QVCT...)
- Etablir un plan d'action opérationnel réaliste et adapté

Nos accompagnements sont réalisés en collaboration avec l'entreprise (dirigeants, encadrements, salariés, IRP) et adaptés à sa problématique. Nous sommes force de proposition, nous apportons des conseils à la fois juridiques, méthodologiques et pratiques (outils opérationnels).

## Déroulé méthodologique d'un accompagnement RH

← Réalisation = 3 mois maximum →

Etapes	Action	Acteurs	Livrables/outils de suivi	Durée
1	Entretien de calage et démarrage de la mission	Direction / Cohérences	Compte rendu	0,5 jour
2	Traitement des données de l'entreprise	Cohérences	Analyse des données RH et projection de l'entreprise	0,5 jour à 1 jour
3	Travail collaboratif	Direction / Cohérences	Compte rendu	1 jour à 2 jours
4	Restitution	Direction / Cohérences	Rapport (Etat des lieux et plan d'action)	0,5 jour

## Exemples de DIAGNOSTIC RH (DIAG RH) réalisés :

- **DIAG RH dans le cadre d'une fusion d'entreprise**
  - Etude des impacts juridiques de l'opération de fusion
  - Etat des lieux du cadre social (CCN, Accords collectifs, usages,...) des structures qui vont fusionner
  - Définition des enjeux et objectifs recherchés
  - Construction d'un plan d'accompagnement de la fusion
  - Co-rédaction d'un projet d'accord de substitution
- **DIAG QVCT**
  - Etat des lieux des pratiques QVCT
    - Méthode qualitative, quantitative et mixte
  - Déclinaison de l'audit autour de 3 axes :
    - Facteurs individuels, organisationnels et managériaux
    - Facteurs de santé
    - Comportement au travail



# Accompagnement Qualité de Vie et des Conditions de Travail

## Baromètre Social



Vous souhaitez mettre en place une démarche QVCT ET/OU réaliser un baromètre social : nous contacter pour une démarche adaptée à vos besoins

## QVCT : de quoi s'agit-il ?

Le terme QVCT désigne une démarche collective que peut mener une entreprise, une association ou une structure publique et qui répond aux finalités ci-dessous :

- Une ambition conjointe : améliorer le travail dans le but de développer la santé des personnes au travail et contribuer à la performance globale (opérationnelle, économique, sociale et environnementale) de l'organisation
- Un périmètre d'action : 6 grands thèmes relatifs au travail et ses conditions de réalisation, à traiter progressivement, en faisant des liens entre eux
- Des éléments de méthode incontournables pour installer une démarche QVCT adaptée à la structure, favoriser la participation de tous et expérimenter concrètement de nouvelles façons de travailler

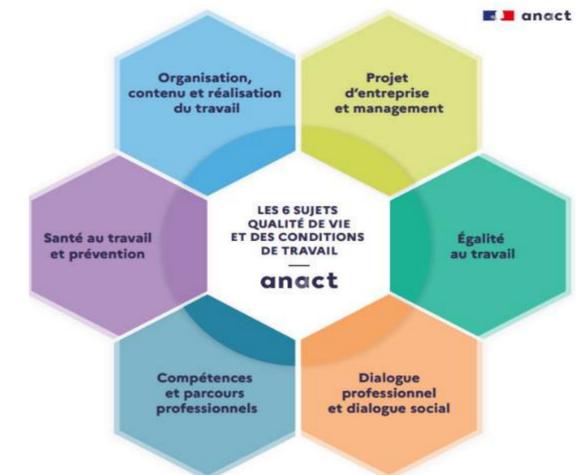
## Quels sont les objectifs de la QVCT ?

- Améliorer les conditions dans lesquelles les salariés exercent leur travail en donnant à chacune et chacun la possibilité de s'exprimer et d'agir sur son travail
- Apprendre à mieux fonctionner ensemble
- Permettre à chacun de participer aux évolutions de l'organisation pour améliorer le travail d'aujourd'hui et de demain
- Viser un modèle de développement acceptable et soutenable

Améliorer la QVCT dans l'entreprise, c'est travailler collectivement sur six grands sujets :

Pour vous accompagner dans la réalisation de votre diagnostic QVCT, et en complément d'entretiens individuels et/ou collectifs, Cohérences s'est dotée d'un outil de Baromètre social : « SPEAK UP ! » permettant de mesurer les facteurs de la QVCT.

Un projet d'amélioration de la QVCT s'inscrit dans une dynamique qui requiert de la pédagogie, une démarche participative et collaborative.



## Une démarche en 4 étapes :

**Concevoir la démarche** : positionner le sujet au niveau stratégique, définir les principaux enjeux pour l'entreprise, les acteurs qui porteront la démarche (constituer un groupe de travail)

**Réaliser le diagnostic** :

- Analyse du travail, de rapports, enquête ou questionnaire sur la perception des salariés (satisfaction, attentes, stress...), inventaire des bonnes pratiques en place... - (réaliser un état des lieux des déséquilibres existants, d'évaluer les problèmes, situations et risques, etc)
- Identifier les problématiques QVCT prioritaires
- Mettre en place des indicateurs afin d'objectiver les situations et assurer un suivi fiable

**FOCUS : Baromètre Social : Outil de questionnaire digital**

**Notre solution technique permet de :**

- S'adapter à vos besoins
- Garantir la confidentialité des données
- D'avoir une approche systémique et multifactorielle
- Favoriser le dialogue social

**Expérimenter le projet** - inscrire les objectifs QVCT dans le fonctionnement de l'entreprise : espaces de discussion, formation, actions

**Pérenniser** - l'idée est d'installer la culture de l'expérimentation dans l'entreprise. Que pour chacun nouveau projet, on « pense QVCT »

# Solutions de formations innovantes

- Analyse de la pratique professionnelle
- Ateliers de co-développement
- La vidéo de formation
- Parcours Liberté
- Short learning



## Analyse de la pratique professionnelle



## Qu'est-ce qu'un « Groupe d'Analyse de la Pratique Professionnelle » ?

Les intervenants sociaux sont souvent seuls pour faire face à de nombreuses demandes, à des situations de détresse et à des comportements parfois difficiles à comprendre et encore plus à gérer. Ils peuvent avoir tendance à travailler de manière isolée, sans oser solliciter leurs propres collègues ou craindre de demander du soutien quand cela s'avérerait nécessaire.

Dans un groupe d'Analyse de la Pratique Professionnelle, des collègues peuvent aborder entre eux, dans un sentiment de sécurité et de bienveillance, les difficultés ou questions qu'ils rencontrent dans l'exercice de leur fonction, afin de prendre du recul et d'élaborer des solutions réalistes, concrètes et adaptées.

Animé par un intervenant extérieur, garant de ce cadre soutenant, les participants mènent un travail réflexif d'analyse des difficultés rencontrées dans leur rapport aux bénéficiaires, usagers, patients qu'ils accompagnent.

Centré sur leurs publics, ce temps de réflexion collective permet de constater la diversité des façons de faire et d'expérimenter des attitudes nouvelles souvent plus adéquates ou plus appropriées.

**Les séances d'Analyse de la Pratique Professionnelle ont pour but de permettre aux professionnels d'être à la fois plus à l'aise, de se perfectionner et de devenir plus opérationnel dans leur fonction.**

Elles permettent d'envisager des solutions pragmatiques, d'harmoniser les façons de faire, de sérier les problèmes rencontrés et de mettre en œuvre, chacun dans son travail quotidien, les valeurs et les principes de la collectivité.

Une équipe Cohérences d'une douzaine d'intervenants en analyse de la pratique professionnelle à votre écoute pour accompagner vos collaborateurs.



## Groupe de Co-développement pour cadres

« Le groupe de Co-développement professionnel est une approche de développement pour des personnes qui croient pouvoir apprendre les unes des autres afin d'améliorer leur pratique. La réflexion effectuée, individuellement et en groupe, est favorisée par un exercice structuré de consultation qui porte sur des problématiques vécues par les participants... »

Intervenant spécialisé  
selon le secteur professionnel  
concerné

### Organisation :

- Des groupes de 8 à 10 managers
- Une série de rencontres d'une demi-journée
- Un animateur, consultant externe, pour faire découvrir la méthode, gérer la dynamique du groupe et le faire progresser de manière continue en « intelligence collective »
- Une durée de 4 à 10 mois ou plus. Un intervalle de 4 à 6 semaines entre les séances
- Un participant convient d'être le « client » et de présenter au groupe, au cours d'une séquence, un problème, une préoccupation, un projet, c'est-à-dire un sujet sur lequel il veut voir clair et mieux agir
- Les participants sont alors « consultants ». Ce sont eux qui vont apporter une aide utile au « client ». Chacun sera client à tour de rôle.

### L'essentiel de la démarche consiste à :

- Présenter une situation vécue actuellement, un cas précis ainsi que le contexte organisationnel dans lequel elle se produit
- Ecouter les réactions
- Echanger et débattre de tout cela
- Retourner dans la pratique avec la mémoire de ces échanges et de la perspective
- Recommencer ainsi régulièrement sur une période de temps suffisamment longue pour consolider ses apprentissages

### Particularités du Co-développement :

#### Groupe homogène, rôle du client joué successivement par chacun, les phases de détermination du contrat et de consultation, un processus itératif :

- Essentiellement du pratico-pratique
- Des situations réelles vécues et exposées par les participants
- Un apprentissage par l'expérience et le savoir des autres, le passage à l'action et la réflexion sur l'action
- Le développement de l'autonomie et en même temps de la coopération
- Le développement des habiletés à la consultation (accompagnement)
- La résolution de problèmes concrets avec l'aide d'un groupe support
- Des impacts rapidement visibles et durables
- Toutefois, le Co-développement ne porte des effets que s'il est pratiqué dans un certain esprit et dans le respect d'une certaine éthique

### Un but

- Améliorer sa pratique professionnelle et contribuer à l'amélioration de celle des autres

### Une posture très particulière

La posture de l'animateur n'est ni celle d'un formateur, ni celle d'un coach mais celle d'un facilitateur qui fait découvrir la méthode et gère la dynamique du groupe.

Ce rôle demande d'être disponible, gardien de la méthode, garant du bon fonctionnement du groupe et respectueux du « client ».

Il fait progresser le groupe de manière autonome.

3 notions caractérisent sa posture :

- Non-savoir (ni enseigner, ni former)
- Non-vouloir (pas dire ce qui est bon pour le « client »)
- Non-pouvoir (pas diriger). Il n'est pas expert du problème

L'animateur est en position « basse » sur le contenu de la séance.

Il est en position « haute » sur le cadre ; il est garant du respect de l'esprit du jeu et du fonctionnement du groupe (horaires, objectifs, présences, méthodes...)



## La vidéo de formation Protocoles vidéo : un outil de formation interne



## Production de vidéos pour vos formations en e-learning



Nous consulter pour devis  
et étude personnalisée

## Ecriture, tournage et montage des films

Elaborer des protocoles, c'est écrire l'ensemble des règles et obligations qui répondent à l'objectif précis selon l'activité à décrire dans le protocole.

Si vous choisissez de les réaliser sur support vidéo, après le travail de construction et d'écriture des protocoles, des tests en situation réelle sont effectués et les films sont tournés à partir de sites et d'opérateurs sélectionnés par vos soins ; la dernière étape est le montage des films pour les différents protocoles souhaités.

Les protocoles vidéo sont pour vous un réel outil de management et d'intégration des nouveaux recrutés.

Ils allient convivialité, pédagogie et efficacité.

Exemples de protocoles :

- Le lavage des mains
- Hygiène et entretien des locaux
- La biberonnerie

## Nous sommes en mesure de réaliser pour vous le tournage, le montage et l'animation de vos vidéos de formations.

C'est, de notre point de vue, un outil pédagogique déterminant.

La vidéo de formation donne accès aux messages clés de l'apprentissage de façon claire et imagée avec une réelle dimension humaine.

Vous souhaitez réaliser des modules de formation vidéo, des modules e-learning vidéo, nous élaborons avec vous la réponse à votre projet : analyse du cahier des charges pédagogique, synopsis et scénarisation ; tournage en studio professionnel, avec formateur ou comédien ; montage vidéo avec voix-off, motion-design, ce qui permet de choisir votre animation au plus près de votre charte graphique et de votre environnement culturel.

## Exemple de module e-learning vidéo : scénarisation, tournage et montage des films.

Nous vous accompagnons sur l'élaboration d'un module e-learning avec support vidéo sur le thème de l'hygiène et des techniques de nettoyage afin d'améliorer l'hygiène et la propreté tout en respectant les conditions de travail des équipes et ainsi favoriser leur santé et sécurité. Autour de chaque séquence pédagogique vidéo s'articulent des quiz et des ressources téléchargeables. Le formateur s'adresse directement à l'apprenant et le conduit tout au long de son parcours de formation. La vidéo de formation permet de faciliter l'apprentissage par une démonstration technique, un intérêt renforcé par l'image face à un texte et par le dynamisme que propose l'animation.



## Short learning

Temps court de formation  
en présentiel ou en  
distanciel sur une  
thématique / problématique  
particulière

Durée : 3h30 par atelier



## Focus : Animation d'un atelier

### Objectifs pédagogiques

- Prendre du recul sur ses pratiques
- Partager les difficultés rencontrées et trouver des solutions en groupe
- Développer la collaboration entre les participants

### Description / Contenu

- Recenser les situations professionnelles managériales vécues et identifier les problèmes soulevés

### Animation de l'atelier

- Chaque atelier part des situations rencontrées par les participants.
- Un temps pour comprendre le contexte, la pratique mise en œuvre et la problématique soulevée
- Un temps pour questionner / échanger sur les pratiques
- Apports de la formatrice

### Modalités pédagogiques

- Méthode active centrée sur les problématiques des participants pour garantir une séance pragmatique prenant en compte les réalités du terrain (activités en sous-groupes, réflexions individuelles, simulations et jeux de rôle)
- Des apports orientés sur le « comment faire pour »

### Exemples d'ateliers organisés

- Comment conduire une réunion inclusive ?
- La gestion des personnalités difficiles
- Management pluri culturel
- Les relations inter personnelles
- Comment faire attention aux besoins de mes collaborateurs ?
- Cartographie des pratiques innovantes
- Vision stratégique en action : expliquer la stratégie associative en termes opérationnels : construire un plan d'action
- Prévenir le harcèlement moral
- Animer des réunions participatives et utiliser des outils de l'intelligence collective
- Gérer les résistances au changement
- Pratiquer les entretiens annuels

# Formations financières au titre du CPF

- Bilan de compétences orienté coaching
- Bilan de compétences modulaire
- Bilan de compétences entrepreneurial
- Certificat CléA® : notre dispositif proposé
- Certificat CléA® numérique
- Certificat CléA® management
- Titre Professionnel de Formateur d'Adultes
- PRAP IBC - Prévention des risques liés à l'activité physique
- SST
- Habilitations électriques



## Bilan de compétences orienté coaching



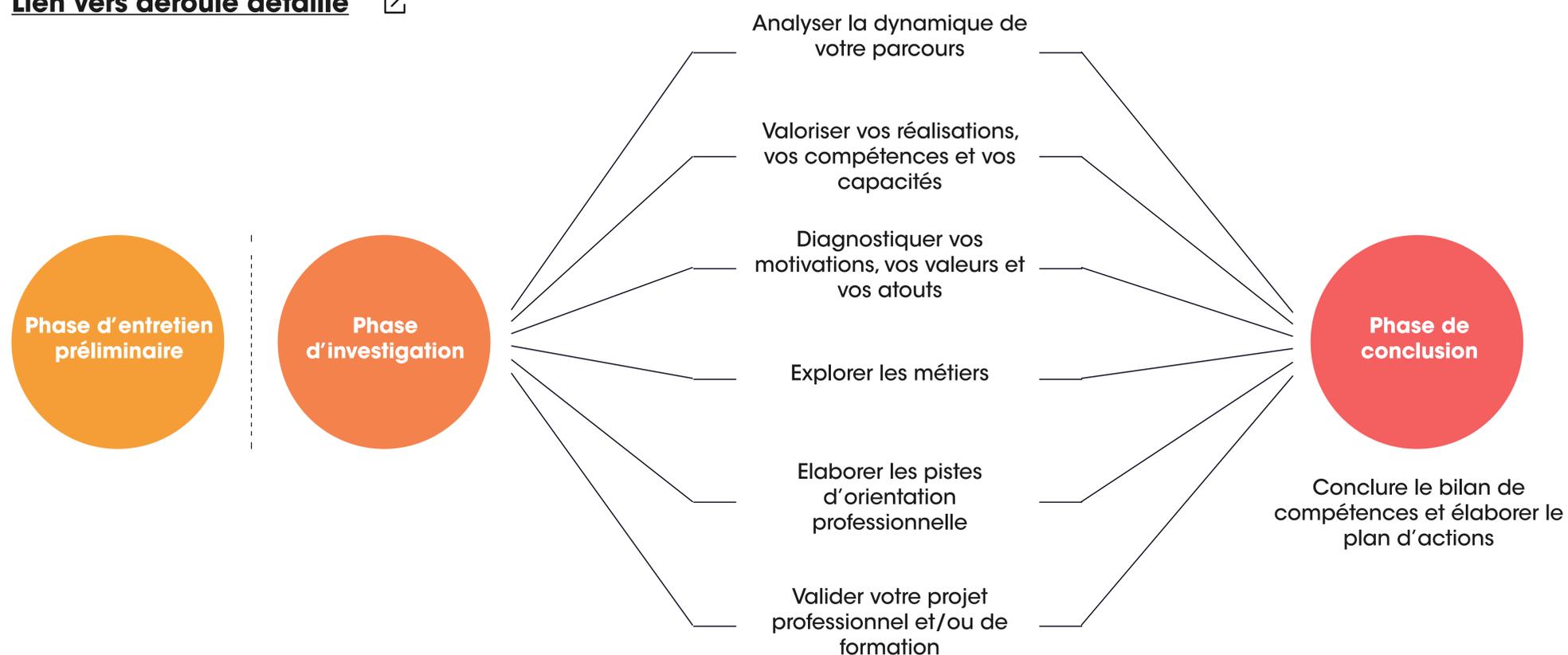
Finançable  
avec votre CPF

[Lien vers page « Moncompteformation »](#)

## Quels sont les objectifs ?

- Analyser ses compétences personnelles et professionnelles, ses aptitudes et ses motivations
- Mieux se connaître, identifier ses motivations, ses valeurs et sa personnalité au travail
- Explorer toutes les pistes professionnelles envisageables, «ouvrir le champ des possibles»
- Définir son projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation
- Utiliser ses atouts comme un instrument de négociation pour un emploi, une formation ou une évolution de carrière

[Lien vers déroulé détaillé](#)



## Les + du bilan de compétences chez Cohérences

- Être accompagné dans un cadre **bienveillant / centré sur l'humain et structuré**.
- Un accompagnement **orienté coaching** favorisant la mise en actions du bénéficiaire.
- Un **consultant expérimenté dans l'accompagnement en bilan de compétences et en coaching**.
- **Présentiel** : 20h d'entretiens individuels en face à face pour approfondir la réflexion en toute confiance et vous accompagner dans les décisions importantes.
- Accès illimité pendant la durée du bilan à un **logiciel et/ou la plateforme de recherche des métiers PARCOUREO**.
- **Prestation sur-mesure** : Durée, contenu des séances et outils adaptés en fonction de vos attentes et de votre rythme.
- Restitution d'un **document de synthèse personnalisé**.



## Bilan de compétences modulaire



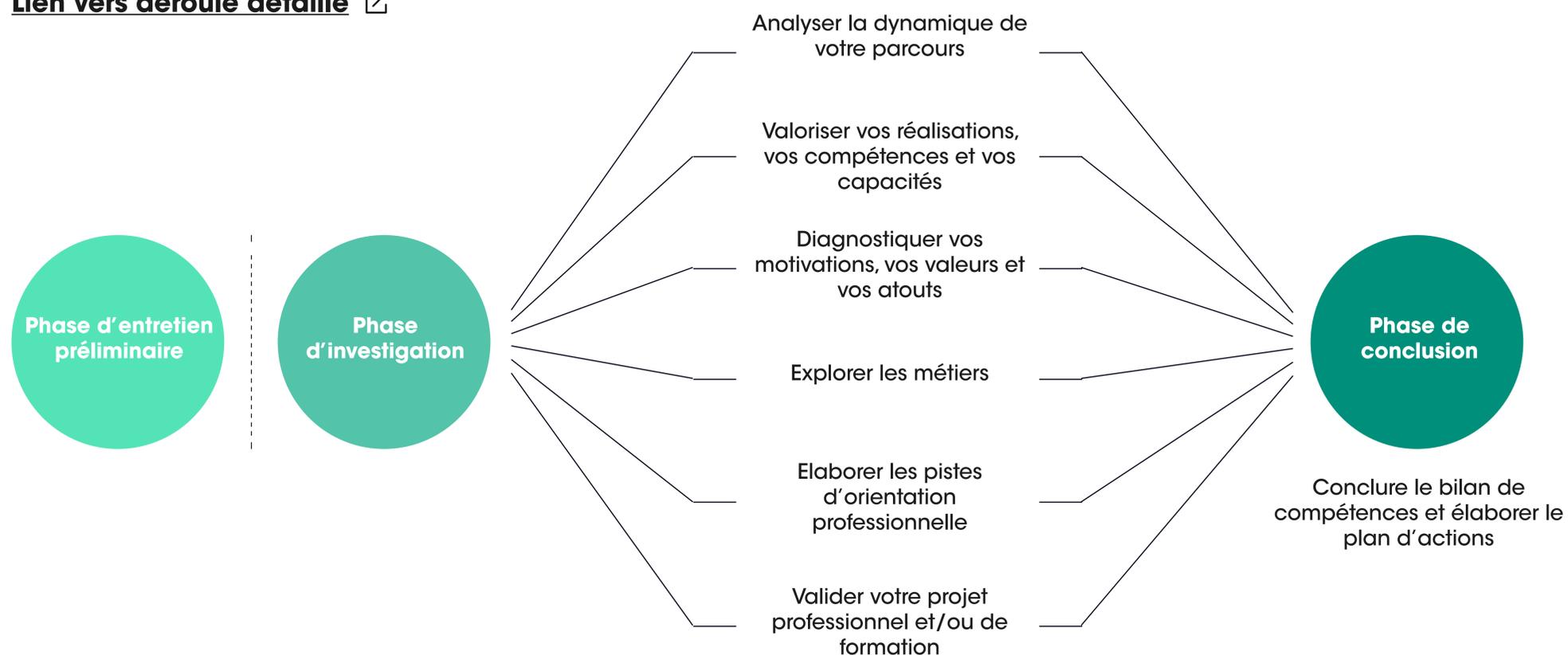
Finançable avec votre CPF

[Lien vers page « Moncompteformation »](#)

## Quels sont les objectifs ?

- Analyser ses compétences personnelles et professionnelles, ses aptitudes et ses motivations
- Mieux se connaître, identifier ses motivations, ses valeurs et sa personnalité au travail
- Explorer toutes les pistes professionnelles envisageables, «ouvrir le champ des possibles»
- Définir son projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation
- Utiliser ses atouts comme un instrument de négociation pour un emploi, une formation ou une évolution de carrière.

[Lien vers déroulé détaillé](#)



## Les + du bilan de compétences chez Cohérences

- Être accompagné dans un cadre **bienveillant / centré sur l'humain et structuré**.
- Un accompagnement **orienté coaching** favorisant la mise en actions du bénéficiaire.
- Un **consultant expérimenté dans l'accompagnement en bilan de compétences et en coaching**.
- **Présentiel** : 12h d'entretiens individuels en face à face pour approfondir la réflexion en toute confiance et vous accompagner dans les décisions importantes.
- Accès illimité pendant la durée du bilan à un **logiciel/une plateforme de recherche des métiers PARCOUREO**.
- **Prestation sur-mesure** : Durée, contenu des séances et outils adaptés en fonction de vos attentes et de votre rythme.
- Restitution d'un **document de synthèse personnalisé**.



## Bilan de compétences entrepreneurial



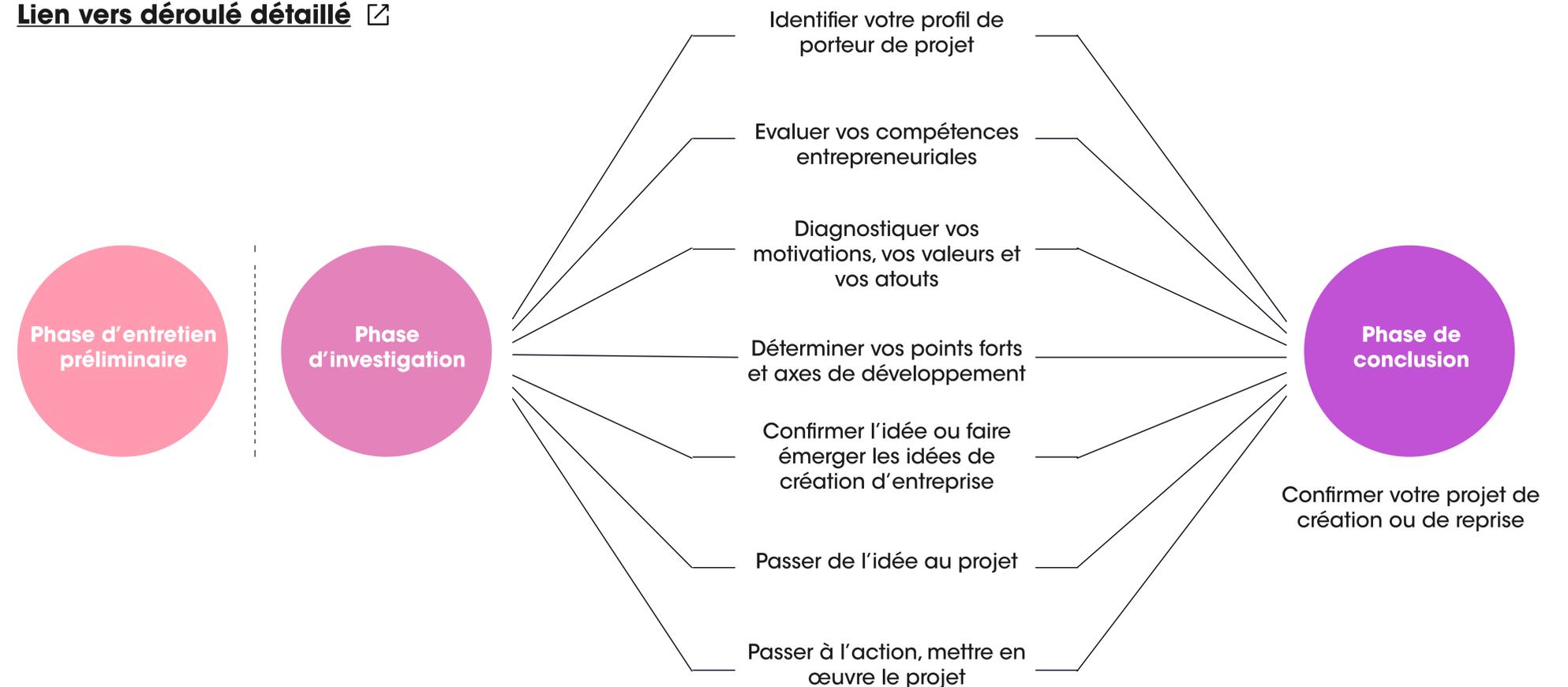
Finançable  
avec votre CPF

[Lien vers page « Moncompteformation »](#)

## Quels sont les objectifs ?

- Analyser ses compétences personnelles et professionnelles, ses aptitudes et ses motivations
- Mieux se connaître, identifier ses motivations, ses valeurs et sa personnalité au travail
- Définir son projet de création ou reprise d'entreprise
- Utiliser ses atouts comme un instrument de réussite dans son projet de création d'entreprise

[Lien vers déroulé détaillé](#)



## Les + du bilan de compétences chez Cohérences

- Être accompagné dans un cadre **bienveillant / centré sur l'humain et structuré**.
- Un accompagnement **orienté coaching** favorisant la mise en actions du bénéficiaire.
- Un **consultant expérimenté dans l'accompagnement en bilan de compétences et en coaching**.
- **Présentiel** : 20h d'entretiens individuels en face à face pour approfondir la réflexion en toute confiance et vous accompagner dans les décisions importantes.
- Accès illimité pendant la durée du bilan à un **logiciel/une plateforme de recherche des métiers PARCOUREO**.
- **Prestation sur-mesure** : Durée, contenu des séances et outils adaptés en fonction de vos attentes et de votre rythme.
- Restitution d'un **document de synthèse personnalisé**.

# Certification CléA®

## Socle de connaissances et de compétences professionnelles



### Le dispositif CléA®

Le dispositif CléA® est une certification qui garantit l'acquisition de compétences et savoirs de base interprofessionnels.

La certification CléA® est un tremplin qui permet à vos salariés d'envisager une évolution professionnelle, tout en reprenant confiance en eux et en leurs capacités.

En effet, l'obtention du certificat CléA® certifie que vous possédez une bonne base de connaissances et de compétences dans 7 domaines : **s'exprimer en français, calculer et raisonner (mathématiques), utiliser un ordinateur et internet, travailler en équipe, travailler en autonomie, maîtriser les règles de base (de sécurité, de savoir-vivre...) et avoir l'envie d'apprendre !**

### CléA® en pratique

En amont de la formation, une évaluation initiale composée d'une partie « exercices sur table » puis d'un entretien, vise à évaluer individuellement les connaissances et les compétences du candidat. L'échange en face à face avec un évaluateur, permet de faire un point sur le parcours et le projet professionnel du candidat, de le rassurer sur ses compétences et d'identifier les savoirs à développer et/ou à réactiver.

Un parcours de formation sur mesure et pertinent est alors élaboré et lui est proposé.

Dans le cadre de la formation CléA®, nos formateurs mettent tout en œuvre pour rendre les sessions de formations les plus ludiques et les plus vivantes possible.

Les apports théoriques tout comme les mises en pratiques sont adaptés et transposés au maximum, dans la vraie vie et dans la réalité professionnelle des apprenants. L'acquisition de nouvelles compétences est ainsi facilitée et sa pérennité favorisée.

### Quelques données chiffrées

14 évaluations préalables en 2025

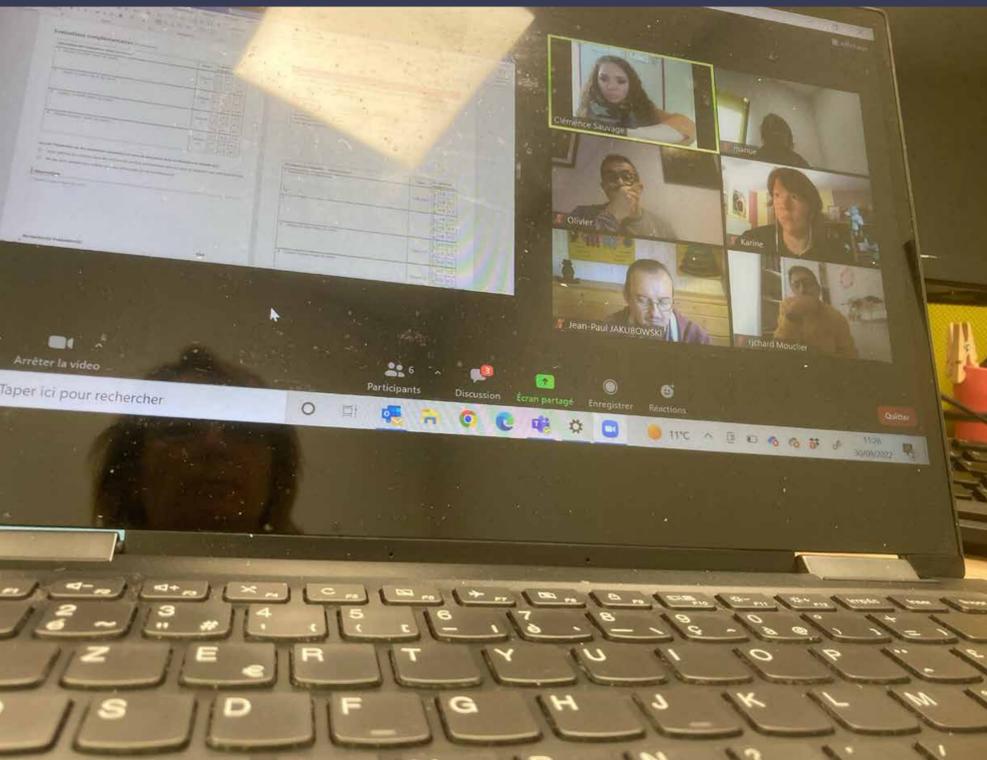
10 personnes sur 14 ont obtenu la certification

Plan de formation 2025 :

33 personnes sur 34 ont obtenu la certification

# Certification CléA® Numérique

## Socle de connaissances et de compétences professionnelles



### CléA® Numérique

La certification CléA® Numérique s'adresse à toute personne en activité, ou en recherche d'emploi, souhaitant valoriser sa capacité à travailler dans un environnement professionnel, en constante évolution, notamment en ce qui concerne le numérique.

Cette certification atteste de vos compétences relatives aux fondamentaux des usages du numérique en milieu professionnel, et ce quel que soit le secteur d'activité.

Le référentiel CléA® Numérique est articulé autour de 4 domaines clés :

- Identifier son environnement numérique et utiliser les outils associés
- Acquérir et exploiter de l'information dans un environnement professionnel numérisé
- Interagir en mode collaboratif
- Appliquer les règles et bonnes pratiques de la sécurité numérique

Cette certification s'obtient à l'issue d'une évaluation en situation, de vos compétences numériques et informatiques.

Souvent, l'obtention de ce certificat se passe en 3 temps :

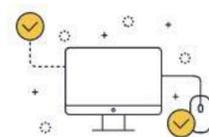
- une 1ère évaluation dite de positionnement
- une formation sur-mesure
- une évaluation finale

A l'issue de l'évaluation de positionnement, un plan de formation individuel vous est proposé. Le but de cette formation, est d'approfondir vos connaissances numériques et de combler les éventuelles lacunes identifiées lors de l'évaluation.

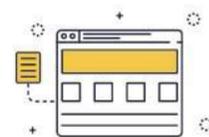
A l'issue de cette formation, votre ordinateur, votre smartphone, votre tablette, l'utilisation d'internet, le travail collaboratif avec des collègues et les principes de base de la sécurité numérique, n'aurons plus de secret pour vous !

En bref, tout ce qu'il est nécessaire de connaître et de maîtriser pour être efficace avec les outils numériques dans votre travail quotidien, et bien plus encore !

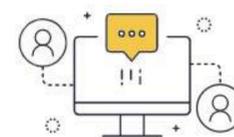
La certification CléA Numérique évalue 4 domaines de compétences :



Identifier son environnement  
et utiliser les outils  
associés



Acquérir et exploiter  
de l'information dans  
un environnement  
professionnel numérisé



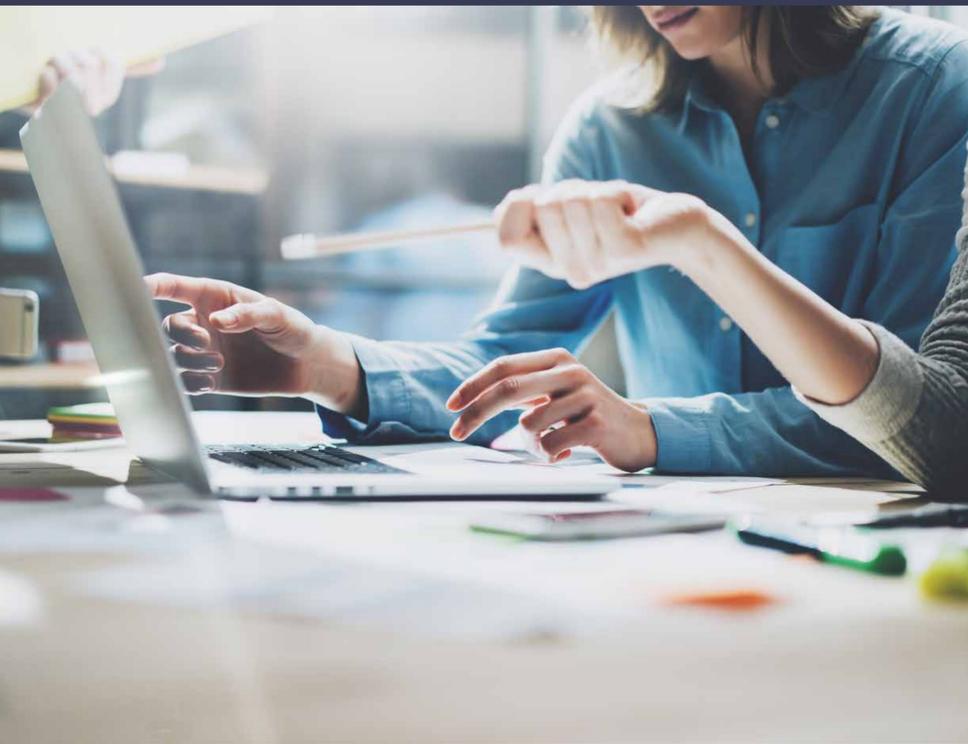
Interagir  
en mode collaboratif



Appliquer les règles et bonnes  
pratiques de la sécurité  
numérique

**Quelques données chiffrées**  
2025 - 2 personnes sur 12 ont  
obtenu la certification  
18 évaluations préalables  
en 2025

# Certification CléA® Management Socle de connaissances et de compétences professionnelles



## CléA® Management

Enfin une certification managériale !

Cohérences a obtenu l'habilitation à évaluer et à dispenser les formations du dispositif CléA Management.

Cette certification met l'accent sur les compétences essentielles en gestion d'équipe, en encadrement, en développement des compétences des collaborateurs, et aussi, sur l'amélioration continue, un élément clé pour toute entreprise cherchant à croître et à s'épanouir dans un environnement en constante évolution.

L'obtention de la certification CléA Management présente pour les managers et futurs managers des avantages tels que :

- **La Reconnaissance officielle de leurs compétences** : Cette certification atteste des compétences fondamentales en gestion d'équipe et en leadership, offrant une validation professionnelle appréciée et reconnue par les employeurs.
- **Des Opportunités de carrière** : Les managers se démarqueront grâce à leur capacité à diriger des équipes avec empathie et efficacité.
- **Le Développement personnel et professionnel** : La formation met l'accent sur l'amélioration continue, renforçant ainsi les compétences tout en favorisant une approche proactive du leadership. Le parcours de formation est construit pour permettre aux candidats à la certification d'élargir leurs connaissances et de renforcer leur confiance dans leur capacité à diriger et à accompagner leurs équipes.

Elle est composée de 4 domaines de compétences :

### Domaine 1

Organiser l'activité au regard des attentes et contraintes de l'entreprise et de son environnement

### Domaine 2

Animer et encadrer le collectif de travail

### Domaine 3

Accompagner les collaborateurs et favoriser le développement de leurs compétences

### Dimension transversale :

Contribuer à l'Amélioration Continue

# Titre professionnel – Formateur Professionnel d'Adultes



## Contenu :

### Positionnement en amont (au regard des compétences à acquérir)

#### CCP 1 : Concevoir et préparer la formation

- > Présentation du dispositif
- > La posture de l'intervenant
- > Concevoir et préparer la formation
- > Concevoir une formation
- > Analyser ses pratiques
- > S'inscrire dans une démarche d'amélioration continue
- > Assurer l'accessibilité aux personnes en situation de handicap
- > Accompagnement individuel

#### CCP 2 : Animer une formation et évaluer les acquis des apprenants

- > Les différentes typologies d'apprenants : Générer une dynamique de groupe positive
- > Animer une séquence de formation avec des techniques pédagogiques diversifiées
- > Animer une séquence en présentiel
- > Animer une séquence à distance
- > Analyser ses pratiques
- > Accompagnement individuel

#### CCP 3 : Accompagner les apprenants en formation

- > Le positionnement des stagiaires en formation
- > Le parcours individualisé
- > Remédiation
- > Développement professionnel
- > Tutorat à Distance
- > L'analyse réflexive

#### CCP 4 : Inscrire sa pratique professionnelle dans une démarche de qualité et de responsabilité sociale des entreprises

- > En transversal des autres CCP.

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé](#)

#### Modalités de certification

Le dossier professionnel doit être réalisé à partir de productions en situation réelle de travail (emploi, missions ou stage). C'est pourquoi chaque CCP est lié à une mission particulière en structure, quelle qu'en soit la forme. Durée de la certification = 3h00

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé](#)



#### Public

Personnes ayant une expérience de formateur (trice) et (ou) une expertise professionnelle



#### Prérequis

Être capable de rédiger ; d'analyser une problématique ; d'identifier les points forts de son parcours (prérequis validés lors du positionnement effectué en amont de la formation). Avoir des notions de base sur les logiciels de présentation (powerpoint, google slide, ...) et être équipé d'un ordinateur portable.



#### Dates et lieux

Si titre complet : formation sur 12 mois + Examen blanc + Jury - A Niort  
CCP 1 : 73,5 heures de formation / 105 heures de stage  
CCP 2 : 56 heures de formation / 105 heures de stage  
CCP 3 : 56 heures de formation / 105 heures de stage  
CCP 4 : 7 heures de formation / 70 heures de stage

Démarrage prévisionnel : 2ème trimestre 2026 – Jusqu'en 2027 – Nous consulter pour planification détaillée



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

Coût total du titre complet = 6 160 € nets de taxes



#### Intervenants

Jeanne DESBIENS / Willemijn KALFF / Teddy LABBENS / Jean DAVID / Emmanuelle CEFFA / Karine BURDO

### Modalités pédagogiques

Formation en présentiel ou en distanciel (classe virtuelle)  
Séquence de formation en autoformation  
Accompagnement asynchrone

### Objectifs pédagogiques

CCP 1 : Concevoir et préparer la formation  
CCP 2 : Animer une formation et évaluer les acquis des apprenants  
CCP 3 : Accompagner les apprenants en formation  
CCP 4 : Inscrire sa pratique professionnelle dans une démarche de qualité et de responsabilité sociale des entreprises

[Cliquez ici pour consulter les objectifs pédagogiques détaillés par CCP](#)

### Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, méthodologiques et pratiques  
Mises en situation – présentation orale en groupe  
Analyse de pratiques

### Modalités d'évaluation

Entretien de positionnement en amont  
Evaluation formative des acquis par module de formation  
Evaluation de fin de formation : préparation à la certification  
Remise d'un certificat ou du titre professionnel



Formations certifiantes

# Devenir acteur PRAP IBC, Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau

## Prévention des Risques liés à l'Activité Physique

### Contenu :

#### Comprendre l'intérêt et les fondamentaux de la prévention des risques professionnels

- > Quelques définitions de base
- > Statistiques nationales sur les accidents du travail et les maladies professionnelles dus à l'activité physique
- > Et dans l'entreprise ?
  - > La prévention des risques liés à l'activité physique
  - > Les enjeux de la prévention : humains, financiers, réglementaires, sociaux
  - > Les différents acteurs de la prévention et leurs rôles

#### Connaître les risques de son métier

#### Caractériser les dommages liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain

- > Comprendre comment cela arrive et les limites du fonctionnement du corps humain
- > Notions élémentaires d'anatomie et physiologie des différents appareils et/ou systèmes
- > Enoncé des contraintes musculaires, tendineuses et ligamentaires

- > Enoncé des principales lésions
- > Identification des facteurs de risques
- > La place de l'activité physique

#### Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé et proposer des améliorations de sa situation de travail

- > La notion de situation de travail
- > Présentation de la grille d'observation et d'analyse d'une situation de travail dangereuse
- > Description des sollicitations de son activité
- > Identifier les déterminants
- > La recherche d'améliorations préventives
- > Aménagement dimensionnel du poste de travail
- > Faire remonter les informations aux personnes concernées

#### Se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- > Conditions préalables à toute activité physique de travail
- > Principes de sécurité et d'économie d'effort
- > Connaître les différents équipements mécaniques et aides à la manutention



#### Public

Tout public sensible à la prévention des risques liés à l'activité physique et souhaitant devenir acteur PRAP IBC



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours non consécutifs en présentiel, soit 14 heures avec un travail intersession / 1 + 1 jour dans un délai de 10 à 20 jours, en tenant compte des contraintes de l'entreprise



#### Dates et lieux

1<sup>er</sup> et 15 juin 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 30 avril 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 10 personnes maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Emmanuelle CEFFA, titulaire du certificat de formateur d'acteur PRAP IBC valide

### Objectifs pédagogiques

Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique  
Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain  
Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention

### Méthodes pédagogiques

Pédagogie active  
Travail sur les représentations  
Exposés (diaporama PowerPoint), films ou vidéos (adaptés à l'activité)  
Discussions, échanges d'expérience, exercices en sous-groupes  
Etude de cas : observation et analyse de situations dangereuses  
Proposition d'améliorations visant la suppression ou réduction des risques liés à l'activité physique

### Modalités de certification

L'évaluation PRAP IBC se déroule selon le document de référence INRS V9 – 01/2021. A l'issue de la formation initiale, chaque participant reçoit son Certificat d'Acteur PRAP IBC sous réserve du suivi de la totalité de la formation et de réussite à l'épreuve certificative.  
La certification obtenue est valable 24 mois. Une session de « Maintien et d'Actualisation des compétences » (MAC) d'acteur PRAP IBC d'une durée d'1 jour prolongera la validité du certificat de 24 mois.



Formations certifiantes

# Sauveteur Secouriste du Travail (SST)



## Contenu :

Être capable de situer le cadre juridique de son intervention

Être capable de réaliser une protection adaptée

Être capable d'examiner la (les) victime (s) avant / et pour la mise en œuvre de l'action choisie en vue du résultat à obtenir

Être capable d'alerter ou de faire alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise

Être capable de secourir la (les) victime (s) de manière appropriée

Être capable d'appréhender les notions de base en matière de prévention dans l'entreprise

Être capable de contribuer à la mise en œuvre d'actions de prévention

Être capable d'informer les personnes désignées dans le plan de l'organisation de l'entreprise de la / des situations dangereuse (s) repérée (s)

Evaluation et certification des participants



### Public

Toute personne désireuse de devenir SST au sein de sa structure



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

2 et 3 avril 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 2 mars 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Charles HASSANI MOUSTOIFA

## Objectifs pédagogiques

Être capable d'intervenir efficacement face à une situation d'accident  
Mettre en application ses compétences au profit de la santé et sécurité au travail dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques interactifs, exercices et mise en situation professionnelle

Utilisation de matériels techniques (mannequin de désobstruction des voies aériennes « Adulte », tapis de sol, mannequin de réanimation cardio pulmonaire « adulte », mannequin de réanimation cardio pulmonaire « enfant », mannequin de réanimation cardio pulmonaire « nourrisson », DAE entraînement

## Modalités de certification

Evaluation certificative en continu (modalités d'évaluation selon le référentiel INRS)

En vue de l'obtention du certificat, 2 épreuves certificatives sont proposées, en fin de formation, s'appuyant sur les critères de validation du document de référence de l'INRS.

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Certificat de Sauveteur Secouriste du Travail délivré après la formation, valable 24 mois, à l'issue desquels un recyclage « maintien des acquis » devra être effectué.



Formations certifiantes

# Habilitation électrique BS limité et recyclage



## Contenu :

### Les risques électriques pour personnel non-électricien

#### L'habilitation électrique BS limité

- > Le titre d'habilitation
- > Le réseau Électrique
- > Les notions élémentaires électriques
- > L'électricité et la sécurité
- > Comment travailler en sécurité pour des travaux en Basse Tension ?
- > Comment intégrer de la prévention des risques en électricité ?
- > Conduite à tenir en cas d'incident ou d'accident d'origine électrique

#### Le Recyclage Habilitation Électrique

- > Faire le point sur ses acquis
- > Mettre à jour ses compétences
- > Respecter les prescriptions de sécurité électrique définies par la publication NFC 18-530

> [Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



#### Public

Gardien(ne), agent de proximité ou de cité, agent d'entretien et de maintenance, agent d'exploitation, gardien chef et intendant d'immeubles ou de groupes immobiliers (habitations, bureaux, usines...)



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

9 et 10 avril 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 9 mars 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Charles HASSANI-MOUSTOIFA

### Objectifs pédagogiques

Développer un « état d'esprit » propre à assurer au mieux, et dans le respect de la réglementation, sa mission de sécurité  
Acquérir des réflexes à développer ou à combattre en cas d'incidents  
Apprendre à prévenir les dangers, à intervenir efficacement en cas d'incendie ou accident, à mettre en sécurité habitants, personnels ou visiteurs  
Donner les consignes usuelles de sécurité et les règles de fonctionnement

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques à partir d'un support vidéo (ludique et interactif)  
Mises en situation, échanges d'expériences

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Carte d'habilitation délivrée après la formation



# Formations spécifiques



## Secteur Habitat social Formations sur-mesure et à la carte

### Formations certifiantes

- Certification CléA® : Développer ses compétences de base
- Certification CléA® Numérique
- Certificat CléA® Management
- Formation d'acteurs PRAP IBC (Industrie, BTP, Commerce et activités de bureau)
- SST Sauveteur Secouriste du Travail
- CQP Gardien d'immeubles et CQP Gestionnaire d'immeubles : Certificats de Qualification Professionnelle de la branche des ESH en partenariat avec Franchir, organisme de formation habilité
- Habilitation électrique Personnel Non Electricien

### Hygiène - Propreté - Entretien des locaux

- Hygiène et techniques de nettoyage : initiation et perfectionnement
- Technique de nettoyage par la pré-imprégnation
- Gestion des ordures ménagères
- Gestion des biodéchets
- Gestion du temps et des priorités, adaptée aux gardiens
- Mener un diagnostic propreté
- Mettre en place le contrôle propreté
- Elaborer vos protocoles de nettoyage en format vidéo

### Gestion locative

- Evolution réglementaire de la gestion de la demande
- Le contrat de location
- L'attribution de logements - La CALEOL
- Accès au logement des ressortissants étrangers, titres de séjour recevables
- La réglementation de la gestion locative
- Les charges récupérables et les réparations locatives
- Les rapports juridiques Bailleur / Locataire
- La copropriété
- La gestion des troubles de voisinage
- Constat et chiffrage de l'EDL
- La visite de courtoisie - La visite conseil
- La visite de logements

### Prévention - Santé - Sécurité

- Prévention des chutes de plain-pied
- Formation Prévention des risques à l'aide des films en situation de travail
- Formation Gestes et postures
- Echauffement / réveil musculaire au travail
- Sécurité des produits - stockage
- Mieux communiquer sur les éco-gestes
- Les risques liés au métier du nettoyage
- Espaces verts / Technique
- Le DUER, un outil de progrès
- Le middle-management de la sécurité
- Audit en agence : Sécurité et Prévention situationnelle
- La sécurité des biens et des personnes
- Former des personnes relais à la prévention des risques
- Prévenir le harcèlement au travail
- Prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes
- Santé et sécurité au travail : les missions du CSE

- La gestion de la relation client
- L'accueil et l'information donnés aux candidats
- La commercialisation des logements
- Connaissance de l'habitat social
- Représentation du bailleur devant les tribunaux

# Secteur Habitat social

## Formations sur-mesure et à la carte



## Innovation environnementale et performance énergétique

- Le développement durable : mise en place d'une culture commune
- Le vocabulaire de base de la construction durable
- Mener une opération bas carbone : construction neuve ou réhabilitation
- Intégrer l'économie circulaire dans une opération immobilière
- Ateliers « La Fresque de l'Économie circulaire »
- Concevoir des projets respectueux de la biodiversité
- Formation sur les éco-gestes en pratique
- Lutter contre la précarité énergétique
- Les labels et certifications environnementales dans le logement social
- Maîtriser la qualité de l'air intérieur

## Gestion technique

- Les diagnostics immobiliers DPE
- Vocabulaire technique de base du bâtiment : initiation et perfectionnement
- Diagnostic et pathologies du bâtiment
- Sécurité des immeubles et des abords
- La gestion des réclamations techniques
- Le suivi des travaux
- Les réparations locatives
- Les charges récupérables
- La pratique des autorisations d'urbanisme
- Les outils de l'urbanisme opérationnel
- Concevoir des projets respectueux de la biodiversité
- Mener une opération bas carbone
- Le BIM
- La RE2020

## Relation Client

- Attitude et relation client
- Prévenir et gérer les situations difficiles en relation client
- Evaluation de compétences relationnelles au téléphone
- Les fondamentaux de la relation client par téléphone
- Réussir ses appels sortants au téléphone
- Le tchat
- Les fondamentaux de l'écrit professionnel orienté client

« C'est au moment où je m'accepte tel que je suis que je deviens capable de changer » Carl Rogers

# Secteur Habitat social

Formations sur-mesure  
et à la carte



## Communication locataires - Gestion des situations conflictuelles

- Gestion des conflits et prévention des violences : initiation et perfectionnement
- Agressivité, incivilités, violences : comment faire face ?
- Mieux se connaître pour mieux travailler ensemble
- La posture professionnelle dans la relation avec les locataires
- Communiquer sereinement grâce aux techniques théâtrales
- Exploiter son profil de communicant et sa flexibilité relationnelle avec le Process Communication Model® (PCM 1)
- Apprendre et mettre en pratique les bases de la Communication Non Violente (CNV)
- Optimiser la relation avec nos clients
- Connaître et comprendre les différences culturelles
- Gérer les situations dangereuses
- La communication au service de la médiation
- Adapter sa communication face à un public âgé
- Comprendre les personnes atteintes de troubles psychiques
- Communiquer auprès des locataires sur les éco-gestes (animée avec le Théâtre Outil)
- Communication et cohésion d'équipe
- La gestion des émotions
- La gestion du stress, le sien et celui des autres
- L'accueil physique et téléphonique : une fonction primordiale
- L'accueil du locataire
- Apprendre les bases de la LSF
- Langue des Signes Française, pour mieux accueillir et orienter les clients
- Communiquer autrement avec la PNL
- Formation de Formateur (Titre professionnel)
- Marketing digital et social média
- Social média : Facebook et réseaux professionnels
- Maîtriser l'usage du numérique pour mieux accompagner les habitants dans leurs démarches

*« Le meilleur moyen pour apprendre à se connaître, c'est de chercher à comprendre autrui »*

André Gide

# Secteur Habitat social

## Formations sur-mesure et à la carte



## Management

- Le parcours des fondamentaux du management
- Parcours de certification CléA Management
- Manager le changement et les transitions
- Développer ses compétences relationnelles et émotionnelles
- Développer son rôle de leader au quotidien
- Le manager coach : développer le potentiel et les compétences de vos collaborateurs
- Organisation, gestion du temps et délégation
- Animer des réunions et gérer la dynamique de groupe
- Gérer des situations difficiles dans son équipe
- La méthodologie de projet
- Le tutorat, l'entreprise formatrice
- Se former à l'entretien annuel d'évaluation
- Former les managers à l'entretien professionnel obligatoire
- Audit et développement des pratiques managériales
- Manager l'efficacité, la santé et la qualité de vie au travail
- Méthode créative, ludique et management
- Le management des générations Y et Z
- Le management à distance
- Le management de proximité
- Le télétravail : modules à distance « collaborateurs » et « managers »
- Conduire et accompagner le changement

## Ressources Humaines et relations sociales

- Gestion des Ressources Humaines et droit du travail
- Le Comité Social et Economique (CSE)
- IRP, négociation sociale
- Réussir les NAO (Négociations Annuelles Obligatoires)
- Evaluer et développer les compétences
- Réussir vos recrutements
- Bien utiliser les réseaux sociaux pour recruter
- Réussir vos parcours d'intégration
- Mettre en place le télétravail dans son entreprise
- Bien préparer sa retraite

## Recouvrement des impayés - Gestion sociale

- Gérer les procédures de pré-contentieux
- Mener un entretien d'impayés
- Préparer et suivre les procédures contentieuses

- Gérer les dossiers de surendettement et rétablissement personnel
- Abandon de logement par le locataire et la loi BÉTEILLE
- Mieux gérer sa consommation énergétique
- Contentieux avec les locataires partis
- Développer et utiliser les techniques et outils de recouvrement
- Le recouvrement de créances des personnes surendettées : procédure Banque de France Rétablissement personnel
- Le recouvrement de créances en matière de succession
- Lutter contre la précarité énergétique

## Cycles de formation - Cours d'intégration - Séminaires - Accompagnement et régulation d'équipes - Parcours blended- learning

- Gardiens d'immeubles - Employés d'immeubles
- Chargés de clientèle
- Agents Techniques
- Chefs de secteur
- Responsables de Gestion Technique
- Responsables d'agence
- Managers
- Séminaire métier / Animation : Journée du Personnel - Cérémonie des vœux - Événement
- Formation de formateurs internes
- Séminaire de cohésion d'équipe
- Ateliers de co-développement
- Coaching individuel et collectif
- Parcours de formation métier
- Conception de parcours e-learning sur-mesure
- Analyse de la pratique professionnelle
- Diagnostics - Audits Propreté - RH - Managérial - Qualité et Conditions de travail
- Certification CléA®
- Certification CléA® Numérique
- Certification CléA® Management

## Formations spécifiques



**Secteur  
Social et Médico-Social**  
Formations sur-mesure  
et à la carte

**Nous consulter pour  
programme et devis**

Intervenant spécialisé selon le secteur  
professionnel concerné

## Cohésion d'équipe

- Développer la coopération dans les équipes et renforcer la cohésion
- Mieux travailler ensemble pour une prise en charge de qualité
- Prévenir et réguler les conflits en équipe
- Agressivité, incivilités, violences : comment faire face, comprendre, soutenir et réagir ?
- Gestion du stress et des priorités
- Comprendre et canaliser son stress et ses émotions
- Analyse des Pratiques Professionnelles

## Prévention - santé - sécurité

- Gestes, postures, techniques de transfert et manutention des personnes
- Gestes et postures petite enfance
- Devenir « Référent Prévention des TMS »
- Hygiène et entretien des locaux dans des établissements spécialisés
- Le bio-nettoyage
- Comprendre les personnes atteintes de troubles psychiques

## Qualité Medico-Sociale

- Comprendre et intégrer collectivement les Recommandations de Bonnes Pratiques Professionnelles
- Projet d'établissement : mettre en place une dynamique collective de la qualité
- Accompagnement à la rédaction de projets de services
- Le secret professionnel dans le travail social
- Le secret professionnel en EMS (Etablissement Médico-Social)
- Place et rôle des usagers et des familles au sein des CVS
- Les outils de traçabilité
- Le cadre institutionnel : Projet d'Etablissement, livret d'accueil, règlement de fonctionnement, charte des Droits et Libertés, suivi des événements indésirables, DACQ...

## Accompagnement

- Accompagner à l'autodétermination : Se construire les bonnes postures
- Le Projet d'Accompagnement Personnalisé : pour un accompagnement global du résident et l'implication des familles
- Promouvoir la Bienveillance
- Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres
- Écoute et accompagnement : concepts clés
- Travail avec les familles : le choix de l'alliance
- Le Projet Personnalisé : optimiser l'accompagnement des résidents et l'implication des familles
- Développer sa capacité d'écoute empathique pour avoir une relation authentique à l'autre
- Gestion des émotions et relations avec les personnes dont je prends soin
- Chronobiologie et besoins fondamentaux
- Accompagner à l'autodétermination : Se construire les bonnes postures

## Secteur de la petite enfance / enfance 0-12 ans

- Accueil de l'enfant en situation de handicap
- Le Bébé signe : mes premiers signes avec bébé
- Motricité et Yoga petite enfance
- Les activités et ateliers 0/3 ans
- Aménagement des espaces en crèche
- Coéducation et soutien à la parentalité
- Dynamiser les équipes autour des projets pédagogiques en EAJE
- L'observation professionnelle du jeune enfant
- Comprendre et appliquer les théories de l'attachement

## Formations spécifiques



## Entreprises et collectivités

Formations sur-mesure  
et à la carte

**Nous consulter pour  
programme et devis**

## La relation téléphonique

- Evaluation de compétences relationnelles au téléphone
- Les fondamentaux de la relation client au téléphone
- L'aide et l'assistance par téléphone
- La prévention des situations difficiles en relation client
- Réussir ses appels sortants au téléphone
- La gestion du stress et des émotions : savoir rester professionnel
- Le tchat
- Les fondamentaux de l'écrit professionnel orienté client

## Communication

- Améliorer ses compétences relationnelles pour mieux travailler ensemble
- L'influence de la personnalité sur les relations professionnelles
- Négocier dans son contexte professionnel
- Comprendre et gérer les différences culturelles
- Améliorer sa communication et ses relations professionnelles avec Process Com
- Exister dans sa communication : un défi au quotidien
- L'accueil : une fonction primordiale
- Améliorer sa prise de parole en public
- Marketing digital et social média
- Social média : Facebook et réseaux professionnels

## Management

- Formation de formateurs d'adultes (titre professionnel)
- Formation de formateurs internes
- Manager en mode projet
- Se comporter en manager coach
- Connaître et comprendre son style de management
- Le MMS (Middle Management de Sécurité)
- Développer son intelligence émotionnelle pour une meilleure efficacité managériale
- Animer des réunions constructives et créatives
- Conduire et réussir l'entretien annuel d'évaluation
- Mettre en place le télétravail dans son entreprise
- Manager l'efficacité, la santé et la qualité de vie au travail

## Formations spécifiques



## Entreprises et collectivités

Formations sur-mesure  
et à la carte

**Nous consulter pour  
programme et devis**

## Prévention – Santé - Sécurité

- Mettre à jour le DUERP (document unique d'évaluation des risques professionnels)
- Ateliers collectifs (3h30) sur l'éveil musculaire et TMS
- Formation des membres du CSE à la santé, sécurité et conditions de travail
- Santé et sécurité au travail
- Formation d'acteur PRAP IBC
- Habilitation électrique Personnel Non Electricien
- Sauveteurs Secouristes du Travail (SST)
- Sécurité Incendie
- Hygiène et entretien des locaux
- La méthode HACCP
- Mettre en place un Plan de Maîtrise Sanitaire (PMS)
- Prévenir et gérer son stress professionnel
- Prévenir le harcèlement au travail
- Prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes

## Comptabilité

- Gestion des coûts / Comptabilité analytique
- Les opérations courantes et spécifiques
- Les principes généraux de la comptabilité

## Ressources Humaines et relations sociales

- GRH et droit du travail (fondamentaux)
- Droit social pour managers
- Formation SSCT des membres du CSE
- Formation économique des membres du CSE
- Référents CSE – Lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes
- Réussir les NAO
- Paie : maîtriser les techniques et méthodes de calcul
- Bien préparer sa retraite

## Bureautique

- Word
- Excel
- PowerPoint
- Outlook



# Thématiques de nos formations

- **Communication et relations humaines**
- **Relation Client**
- **Management et Encadrement**
- **Ressources Humaines et relations sociales**
- **Prévention - Santé - Sécurité**



Formations

# Communication et relations humaines

- > Exister dans sa communication : un défi au quotidien Niveau I, II et III
- > Utiliser l'Analyse Transactionnelle (AT) dans ses relations professionnelles
- > Apprendre et mettre en pratique les bases de la Communication Non Violente (CNV)
- > Améliorer la connaissance de soi et des autres avec PCM
- > Développer sa connaissance de soi et ses capacités relationnelles avec PCM
- > Prévenir et traiter les conflits relationnels
- > Mieux accompagner ses émotions, prévenir et gérer son stress
- > Apprendre à gérer son temps et ses priorités sans stress
- > Mieux communiquer grâce aux outils de l'improvisation théâtrale
- > Améliorer sa prise de parole en public
- > Booster sa mémoire
- > Optimiser ses écrits professionnels
- > Comprendre les personnes atteintes de troubles psychiques
- > Améliorer sa posture dans la relation d'aide
- > Sensibilisation à la culture sourde à la LSF et aux modes de communication non verbale
- > Mieux se connaître pour mieux communiquer avec le DISC **NOUVEAU**

**Et aussi, en intra-muros**

Communication et relations humaines

# Exister dans sa communication : un défi au quotidien - Niveau I



## Contenu :

**Les différentes logiques existentielles (ensemble de croyances qui déterminent et interfèrent dans notre rapport à nous-même, aux autres et aux situations)**

- > Repérage et compréhension de leur dynamique dans les processus relationnels
- > La logique de domination et de contrôle
- > La logique d'étayage d'estime de soi
- > La logique d'impuissance/toute puissance

**Les comportements aliénants**

- > Définition, description et conséquences
- > Savoir les identifier et les déjouer

**L'immaturation affective et ses attentes illusives dans la relation**

**Toute puissance imaginaire/impuissance manifeste**

**Intégration et mise en acte des injonctions inconscientes dans la relation**

**Différences dans une pratique professionnelle entre**

- > Empathie et symbiose
- > Protection et distance
- > Contenance et agressivité
- > Structure et rigidité
- > Soutien et complaisance

[Cliquez ici pour consulter le contenu de la formation niveau 2](#)

[Cliquez ici pour consulter le contenu de la formation niveau 3](#)



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Nombre de stagiaires**  
4 personnes minimum- 12 personnes maximum



**Intervenante**  
Marie-Line BAUDRON

	1 <sup>er</sup> niveau	2 <sup>e</sup> niveau	3 <sup>e</sup> niveau
Intervenante	Marie-Line BAUDRON		
Dates lieux	5-6 novembre, 23-24 novembre et 7-8 décembre 2026 à Niort	5-6 octobre et 19-20 octobre 2026 à Niort	16-17-18-19 mars 2026 à Niort
Nombre d'heures	39	26	26
Coût	2 340 € nets de taxes	1 560 € nets de taxes	1 560 € nets de taxes
Date limite d'inscription	5 octobre 2026	7 septembre 2026	16 février 2026

## Objectifs pédagogiques

Mieux se connaître, comprendre son fonctionnement et celui des autres afin de mieux communiquer  
Acquérir des capacités de gestion émotionnelle, relationnelle et de dynamique de groupe  
Savoir mettre en œuvre dans sa relation avec les autres une parole consistante, opérante et juste  
Reconnaître, accepter ses limites et ses potentiels dans la réalité de sa place professionnelle

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques illustrés d'exemples  
Travail sur les présentations  
Exercices d'intégration et d'échanges  
Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation. Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation. Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Communication et relations humaines

# Utiliser l'analyse transactionnelle (AT) dans ses relations professionnelles

## Contenu :

### Communiquer : Bases – Clés et freins

- > Définir l'acte de communication  
Nos cadres de référence
- > Les Etats du Moi
- > Les transactions

### Comprendre sa manière de communiquer

- > Les Positions de vie - Les signes de reconnaissance
- > Les positions de vie en lien avec les états du moi
- > Les Jeux psychologiques

### L'affirmation de soi

- > Des attitudes non assertives à l'assertivité
- > Etre assertif ou comment s'affirmer
- > Les buts assertifs et non assertifs

### La gestion des tensions

- > Le processus d'escalade dans le conflit
- > La gestion des divergences
- > La gestion des tensions ou comment gérer ses émotions et celles de l'autre

### La gestion des conflits

- > Gérer le blocage
- > Sortir du blocage
- > Anticiper le conflit

### Travailler en groupe – La négociation

- > Prendre sa place dans le groupe
- > Travailler en groupe - Résoudre des problèmes
- > Négocier en groupe



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Durée**  
6 jours, soit 42 heures



**Dates et lieux**  
14-15 septembre, 12-13 octobre et 2-3 novembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 14 août 2026



**Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. maximum



**Coût pédagogique**  
2 340 € nets de taxes



**Intervenant**  
Guy MELCHIOR

## Objectifs pédagogiques

Connaître les principaux outils de l'Analyse Transactionnelle  
Améliorer concrètement sa communication et ses relations avec ses collègues, ses partenaires, ses clients  
Apprendre à mieux gérer les tensions et les conflits  
Intégrer, dans sa relation aux autres, une approche positive, coopérative et constructive

## Méthodes pédagogiques

Exposés théoriques à partir d'exemples vécus et partagés  
Etudes de cas et exercices d'intégration et d'approfondissement  
Contrat de progrès entre les sessions

## Modalités d'évaluation

Quiz écrit en fin de formation pour validation des acquis  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**Indicateur de résultats**

1 groupe en intra en 2023 – 7 personnes formées  
100% des stagiaires sont très satisfaits et satisfaits de la formation

# Apprendre et mettre en pratique les bases de la Communication Non Violente

## Contenu :

### Comprendre les comportements et identifier les impasses de la communication relationnelle

- > Analyser les situations d'inconfort et de confort à partir d'exemple de terrain
- > Comprendre la relation interpersonnelle et les impasses les plus fréquentes dans une relation au travail
- > Développer l'authenticité au travail
- > Transformer le « tu » qui « tue » en « jeu » du « je »

### Développer sa capacité d'écoute et d'accueil des émotions

- > Expérimenter des exercices de Communication Non Violente pour travailler l'écoute active
- > Accueillir l'émotion de l'autre sans se laisser impacter négativement
- > Apporter de la distanciation tout en restant en écoute bienveillante
- > Identifier les émotions et besoins
- > S'entraîner à la pratique de la reformulation

### Mettre en pratique l'expression authentique

- > Expérimenter des exercices de Communication Non Violente pour travailler l'expression authentique
- > Les 2 types de messages : Cadeau et Toxique
- > Définir l'attente de l'autre vis-à-vis de soi
- > Donner du sens à ses actions en formulant ses besoins
- > Dire non sans froisser ou mentir
- > Faire une demande claire, précise et positive
- > Coconstruire et négocier les solutions



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Durée**  
2 jours, soit 14 heures



**Dates et lieux**  
18-19 mai 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 20 avril 2026



**Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. maximum



**Coût pédagogique**  
780 € nets de taxes



**Intervenant**  
Joachim PAVIOT

## Objectifs pédagogiques

S'affirmer avec bienveillance, analyser et comprendre le comportement de ses interlocuteurs  
Apprendre l'écoute empathique, développer son intelligence émotionnelle  
Pratiquer le dialogue même en situation difficile, acquérir un comportement assertif dans toutes les situations du quotidien

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les représentations  
Apports théoriques illustrés d'exemples  
Exercices d'intégration et mise en situation  
Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Communication et relations humaines

# Améliorer la connaissance de soi et des autres avec PCM

## Contenu :

### Développer la connaissance et la conscience de soi et des autres

- > Connaître sa structure de personnalité
- > Identifier les 6 types de personnalité
- > Reconnaître les éléments observables pour soi et les autres

### Examiner les clés de la motivation et d'une meilleure gestion du stress

- > Identifier les besoins psychologiques, sources de motivation
- > Repérer les signaux précurseurs de tension et de stress
- > Décrire les comportements sous stress et les clés pour revenir dans une position constructive



#### Public

Tout public souhaitant améliorer la connaissance de soi et des autres



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 demi-journées, soit 7 heures



#### Dates et lieux

12-13 novembre 2026 à distance

Date limite d'inscription : 12 octobre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum – 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



#### Intervenant

Benoît RICHER

### Objectifs pédagogiques

Développer la connaissance et la conscience de soi et des autres  
Examiner les clés de la motivation et d'une meilleure gestion du stress

### Méthodes pédagogiques

Inventaire de personnalité individuel (45 min en autonomie via un questionnaire en ligne)

Manuel de formation

Apports théoriques illustrés d'exemples

Exercices d'intégration et mise en situation

Analyse de cas concrets

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une mise en situation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Communication et relations humaines

# Développer sa connaissance de soi et ses capacités relationnelles avec PCM®

## Contenu :

### Développer la connaissance et la conscience de soi et des autres

- > Connaître sa structure de personnalité
- > Identifier les 6 types de personnalité
- > Reconnaître les éléments observables pour soi et les autres

### Identifier les préférences individuelles et adapter sa communication

- > Repérer et s'adapter aux perceptions individuelles
- > Découvrir les parties de personnalité PCM
- > Utiliser les canaux de communication

### Examiner les clés de la motivation et sa relation au stress

- > Découvrir la matrice d'identification des environnements préférés
- > Identifier les besoins psychologiques, sources de motivation
- > Repérer les signaux précurseurs de tension et de stress

### Mieux gérer le stress et développer ses capacités relationnelles

- > Décrire les séquences de stress pour chaque type de personnalité
- > Définir les clés pour sortir des comportements difficiles
- > Expliquer les scénarios d'échec de chaque type de personnalité



#### Public

Tout public souhaitant développer sa connaissance de soi et ses capacités relationnelles.



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

4 demi-journées, soit 14 heures



#### Dates et lieux

16-17-18-19 novembre 2026 à distance  
Date limite d'inscription : 16 octobre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum – 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Benoît RICHER

### Objectifs pédagogiques

Développer la connaissance et la conscience de soi et des autres  
Identifier les préférences individuelles et adapter sa communication  
Examiner les clés de la motivation et d'une meilleure gestion du stress  
Mieux gérer le stress et développer ses capacités relationnelles

### Méthodes pédagogiques

Inventaire de personnalité individuel  
Apports théoriques illustrés d'exemples  
Exercices d'intégration et mise en situation  
Analyse de cas concrets

### Modalités d'évaluation

Questionnaire individuel en amont de la formation (45 min en autonomie via un lien envoyé à chaque participant)  
Validation des objectifs pédagogiques par une mise en situation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Prévenir et traiter les conflits relationnels



## Contenu :

### Identification des points communs et similitudes des situations rapportées

- > Causes, contexte, éléments déclencheurs, variables personnelles, conséquences
- > Se positionner dans son rôle, ses missions et ses enjeux personnels
- > Mieux maîtriser la communication en contexte hostile

### La logique de l'escalade et ses différents stades

- > Adopter les attitudes permettant de désamorcer un conflit
- > La place du ressenti et du non-verbal dans le processus
- > Reconnaître et gérer les émotions dans les moments stressants
- > Savoir maintenir, de manière adaptée, la relation et le dialogue

### Des outils-clé : « écoute-active » et « affirmation de soi »

- > Définition, principes et objectifs
- > Techniques et conditions de mise en œuvre
- > Exercices d'intégration

### Le rôle de la hiérarchie, l'étendue et les limites de responsabilité



#### Public

Tout personnel en contact direct avec un public parfois « difficile »



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

3 jours, soit 21 heures



#### Dates et lieux

7-8 septembre et 1er octobre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 7 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenants

Dominique DUMONT ou Guy MELCHIOR

## Objectifs pédagogiques

Traiter les situations de tension avec un interlocuteur tout en restant dans son rôle professionnel  
Savoir identifier les besoins de son interlocuteur  
Reconnaître, dans sa posture, les éléments non-verbaux susceptibles de déclencher l'agressivité de son interlocuteur  
Utiliser les outils d'écoute active, d'écoute empathique et de confrontation pour prévenir ou apaiser la situation conflictuelle

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les représentations  
Apports théoriques illustrés d'exemples  
Exercices d'intégration et mise en situation  
Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par un quiz et une mise en situation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



#### Indicateur de résultats

12 groupes en intra en 2025 – 105 personnes formées  
Taux de satisfaction : 94 %

# Mieux accompagner ses émotions, prévenir et gérer son stress



## Contenu :

### Pourquoi développer la maîtrise de ses émotions et son stress ?

- > Définition des CPS (Compétences psychosociales)
- > Application aux situations de la vie courante

### Comprendre le système émotionnel et affectif

- > Circuit neuronal des émotions et mécanismes hormonaux en jeu
- > Sens, utilité, fonction des émotions

### Comprendre le stress

- > Liens entre les émotions et le stress
- > Différencier le stress positif du stress négatif
- > Apprendre à identifier ses propres facteurs de stress récurrents
- > Décrypter sa réaction au stress (cognitive, émotionnelle, physique, comportementale)

### Emotions, stress et santé : leurs interactions et dépendances

- > Prendre conscience des conséquences du stress

### Développer des ressources et de nouvelles stratégies d'actions pour faire face aux tensions émotionnelles et au stress

- > Les manipulations émotionnelles : comprendre et déjouer les manipulations les plus fréquentes et leurs conséquences sur les relations
- > Prendre du recul : raisonner différemment, rationaliser sa perception de ses contraintes et de ses ressources
- > Comprendre et transformer ses automatismes de pensées et d'actions
- > S'exercer à des techniques corporelles simples et rapides pour se relaxer et gérer le plan mental

### Exprimer efficacement son ressenti et aider l'autre à faire de même

- > Développer son empathie cognitive
- > S'affirmer, dire les choses sans agressivité :
  - > Pour aller mieux
  - > Pour améliorer ses relations
  - > Pour résoudre les problèmes



## Public

Tout public désireux de développer de nouvelles compétences psycho-sociales, qu'il soit ou non en situation de pression professionnelle



## Prérequis

Aucun



## Durée

3 jours non consécutifs, soit 21 heures



## Dates et lieux

14-15 octobre et 19 novembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 14 septembre 2026



## Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



## Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



## Intervenants

Willemijn KALFF ou Guy MELCHIOR

## Objectifs pédagogiques

Comprendre le système émotionnel et les mécanismes du stress  
Détecter les points de tensions dans sa pratique professionnelle et développer des ressources et de nouvelles stratégies d'actions pour y faire face : renforcer la connaissance, la confiance et l'estime de soi  
Accroître sa capacité de recul dans les situations récurrentes de stress ou de manifestations émotionnelles fortes  
Développer ses compétences en matière de communication interpersonnelle

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et pratiques : activités ludo-pédagogiques, jeux de coopération, mises en situation à partir d'exemples vécus, échanges de pratique et analyse de cas concrets, illustrations vidéos...  
Travaux en sous-groupes et synthèse collective

## Modalités d'évaluation

Validation des acquis comportementaux en cours de formation lors des mises en situations  
Questionnaire écrit en fin de formation pour validation des acquis  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Apprendre à gérer son temps et ses priorités sans stress

## Contenu :

### Les clés d'une bonne organisation au travail

- > Identifier les contraintes et obligations de son environnement professionnel et lister les missions essentielles
- > S'organiser avec la matrice des priorités
- > Repérer les activités « mangeuses » de temps et favoriser les activités Jackpot

### Planifier ses activités et développer son efficacité

- > Prendre conscience de ses propres rythmes avec la chronobiologie
- > Organiser ses rendez-vous
- > Gérer ses emails avec la méthode CAP

### Accroître sa performance au quotidien

- > Traiter plus vite et mieux ses tâches avec la technique « POMODORO »
- > Résoudre des problématiques avec le processus créatif
- > Tenir ses engagements et gagner du temps avec la méthode des 3 « 0 »
- > Organiser son environnement et adapter son espace de travail pour entretenir sa motivation

### Gérer la surcharge de travail

- > Focaliser sur l'essentiel avec la méthode « LIMITER »
- > Prendre du recul et relancer la mise en action avec les zones d'influence et de pouvoir
- > Gérer les sollicitations avec les plages de disponibilité
- > Adopter la pensée positive pour faire face aux situations professionnelles

 **Public**  
Tout public

 **Prérequis**  
Aucun

 **Durée**  
1 jour, soit 7 heures

 **Dates et lieux**  
3 novembre 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 2 octobre 2026

 **Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. maximum

 **Coût pédagogique**  
390 € nets de taxes

 **Intervenant**  
Joachim PAVIOT

## Objectifs pédagogiques

Analyser son efficacité pour mieux faire face aux contraintes professionnelles  
Se réorganiser et revoir ses priorités  
Acquérir les outils et méthodes de gestion du temps qui engendrent des comportements nouveaux  
Mieux gérer la surcharge de travail au quotidien

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les 6 leviers d'efficacité  
Apports théoriques illustrés d'exemples  
Exercices d'intégration et mise en situation  
Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation

# Mieux communiquer et négocier grâce aux outils de l'improvisation théâtrale



## Contenu :

### Se découvrir, se révéler

- > Affirmer sa présence
- > Prendre conscience de sa singularité et de ses atouts
- > Repérer et évaluer son propre mode d'expression
- > Mieux maîtriser les composantes de sa communication (verbale et non verbale) et repérer celles des autres

### Avoir confiance en soi et en l'autre

- > Affirmer sa présence
- > Affiner son écoute, sa concentration, sa disponibilité
- > Créer du lien, de l'empathie, un climat de confiance

### Gérer ses émotions

- > Apprivoiser le trac
- > Savoir se relâcher : respirer, prendre en compte son ressenti et celui des autres
- > Dédramatiser l'enjeu de la prise de parole et gérer ses émotions

### Réussir à exprimer ses idées

- > Être clair dans la structure de son exposé
- > Rendre « lisible » son propos
- > Donner du corps à son langage !
- > Réussir des exposés persuasifs, des prises de parole convaincantes

### Optimiser son impact personnel

- > Créer du lien, de l'empathie, un climat de confiance
- > Pratiquer le renforcement positif, la reformulation
- > Être capable d'écouter et de se faire entendre
- > Défendre sa position en renforçant ses liens avec autrui
- > Émettre et/ou recevoir une critique



### Public

Toute personne souhaitant s'affirmer dans sa façon de communiquer/négocier avec les autres



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

26-27 mai 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 27 avril 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Stéphane HERVE, comédien improvisateur en activité, spécialiste de la formation en entreprise

## Objectifs pédagogiques

Communiquer sereinement et de façon authentique, efficace et confiante, en toute circonstance. Développer sa capacité à rebondir, son sens de la répartie, argumenter efficacement. Gérer la contradiction et les situations inattendues de façon constructive et positive. Gérer ses émotions. Optimiser son impact personnel et professionnel.

## Méthodes pédagogiques

Exercices et jeux théâtraux à partir des attentes et besoins des participants. Un travail basé principalement sur l'improvisation théâtrale et les exercices théâtraux, avec des mises en situations en fin de module. La pratique théâtrale et l'improvisation, c'est trouver une solution à un problème en se basant uniquement sur l'écoute. C'est aussi un travail sur la synthèse des informations, un jeu intellectuel qui permet de s'entraîner à être : Confiant. Présent. Dans l'instant. Réactif. Constructif, créatif, audacieux.. Une méthode de développement personnel, permettant d'optimiser son impact dans des situations de communication et de négociation professionnelles. En 2ème journée, on applique au contexte professionnel les ressources et les talents révélés par les jeux.

## Modalités d'évaluation

Mises en situations professionnelles en deuxième journée

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Améliorer sa prise de parole en public



## Contenu :

### Comprendre la fonction du trac et les raisons pour lesquelles il peut paralyser ou dynamiser notre parole

- > Fonction du trac : avantages et désavantages d'être « traqueur »
- > Les mécanismes du trac : spirale dynamisante et /ou paralysante (processus d'élaboration ; pensées anxieuses : les repérer et limiter leurs effets)

### Appréhender différentes techniques pour prendre la parole avec aisance

- > Les composantes de la parole : mots, tonalités, attitudes, gestuelles
- > Méthodologie de conduite pour une prise de parole efficace : le « Phare dans la nuit », élaboration et expérimentation

### Construire un éventail d'outils permettant à chacun de gagner de l'assurance dans ses prises de parole

### Techniques et trucs pour parler confortablement

- > Anticipation, préparation et concentration
- > Adéquation du corps et de la voix
- > Principes de l'improvisation



#### Public

Cadres, responsables d'équipe, chargés de mission... et toute personne souhaitant améliorer la qualité de ses prises de parole en public



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

3 jours consécutifs, soit 21 heures



#### Dates et lieux

9-10-11 septembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 10 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenant

Dominique DUMONT

## Objectifs pédagogiques

Comprendre la fonction du trac et les raisons pour lesquelles il peut paralyser ou dynamiser notre parole  
Appréhender différentes techniques pour pouvoir prendre la parole avec aisance  
Construire un éventail d'outils permettant à chacun de gagner de l'assurance dans ses prises de parole

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques de base, illustrés d'exemples vécus  
Mises en situations à partir des attentes des participants  
Jeux de rôles et exercices d'improvisation

## Modalités d'évaluation

Validation des acquis comportementaux en cours de formation lors des mises en situations  
Questionnaire écrit en fin de formation pour validation des acquis  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



#### Indicateur de résultats

1 groupe en intra en 2023 – 9 personnes formées  
100% des stagiaires sont très satisfaits et satisfaits de la formation

# Booster sa mémoire

## Contenu :

### Diagnostic de ses différentes mémoires

- > Faire le point sur sa capacité à mémoriser
- > Identifier ses besoins et ses freins

### Présentation du fonctionnement de la mémoire

- > Connaître les différentes mémoires
- > Comprendre les mécanismes et les étapes essentielles
- > Repérer son propre mode dominant

### Pistes pour accroître sa capacité à mémoriser

- > Favoriser sa concentration
- > Définir ses objectifs en termes de mémoire
- > Adopter l'écoute active et repérer les informations clés

### Les moyens mnémotechniques

- > La répétition adaptée
- > La méthode des lieux
- > La visualisation, l'imagerie mentale
- > Les enchaînements
- > Les associations
- > Trucs et astuces

 **Public**  
Tout public

 **Prérequis**  
Aucun

 **Durée**  
2 jours consécutifs, soit 14 heures

 **Dates et lieux**  
20-21 mai 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 20 avril 2026

 **Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. maximum

 **Coût pédagogique**  
780 € nets de taxes

 **Intervenante**  
Elisabeth GREFFIER

## Objectifs pédagogiques

Stimuler la mémorisation et connaître certains fonctionnements du cerveau liés à la mémoire pour la développer et mieux l'utiliser dans son quotidien professionnel

Connaître des méthodes et leviers efficaces de mémorisation

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les représentations  
Apports théoriques illustrés d'exemples  
Exercices d'intégration et mise en situation  
Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Livret d'exercices avec corrigé et grille d'auto-évaluation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation

# Optimiser ses écrits professionnels



## Contenu :

### Regards croisés sur les différents écrits professionnels

- > Echange sur les pratiques propres à chaque stagiaire
- > Identification des spécificités des différents types d'écrits (lettre, compte-rendu, note, rapport...)
- > Présentation et commentaires d'une fiche synoptique sur les différents types d'écrits en entreprise

### Les caractéristiques du style professionnel

- > Rythme de la phrase
- > Régularité de la construction
- > Longueur des phrases
- > Choix du vocabulaire
- > Les formules d'appel et de courtoisie

### Les techniques pour personnaliser son style

- > Eviter les répétitions
- > Alléger ses phrases
- > Varier les structures de phrases
- > Choisir le ton juste
- > Relier ses idées : employer des mots de liaison
- > Choisir des mots précis
- > Eliminer barbarismes et pléonasmes

### Organiser et structurer sa pensée

- > Les plans pour valoriser ses objectifs

### S'exercer

- > Etude et amélioration de documents produits par les stagiaires



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Durée**  
2 jours consécutifs, soit 14 heures



**Dates et lieux**  
22-23 juin 2026 à Poitiers  
Date limite d'inscription : 22 mai 2026



**Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. maximum



**Coût pédagogique**  
780 € nets de taxes



**Intervenante**  
Gaëlle LUTTIAU

## Objectifs pédagogiques

- Valoriser ses missions à travers ses écrits et gagner en aisance :
- > Utiliser les différentes méthodes adaptées aux différents types d'écrits
  - > Appliquer les règles de construction propres à l'écriture professionnelle
  - > Appliquer les techniques pour personnaliser son style

## Méthodes pédagogiques

En amont de la formation, les participants remplissent un questionnaire de positionnement. Ils le retournent accompagné d'un document qu'ils ont eux-mêmes produit. Ce document est rendu neutre pour des raisons de confidentialité ; il est représentatif de la/les difficulté(s) qu'ils souhaitent dépasser.

Organisée sous forme d'atelier, cette formation alterne apports théoriques et exercices pratiques. Elle permet aux participants, à partir de leurs propres documents rendus neutres, d'analyser leurs écrits et de les améliorer.

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Livret d'exercices avec corrigé et grille d'auto-évaluation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Comprendre les personnes atteintes de troubles psychiques



## Contenu :

### Quelques définitions

- > Le handicap psychique
- > Les psychoses
- > Les différents troubles (névroses, psychoses, troubles anxieux, les troubles d'éconduite)

### Repérages et analyse des troubles psychiques

- > Les troubles liés à l'anxiété, aux dépressions...
- > Les psychoses entraînant idées délirantes et hallucinations
- > Les troubles d'éconduite (addictions, tentatives de suicides...)
- > Le cas du « syndrome de Diogène »
- > Les risques d'agressivité et de violence
- > Savoir repérer les types de situations et de troubles associés

### Les enjeux des troubles psychiques dans la relation professionnelle

- > Comprendre son propre ressenti face à ces troubles
- > Les responsabilités juridiques en présence
- > Les troubles psychiques et leurs conséquences sur la vie sociale
- > Le rôle et les limites de l'action de chacun

### Les acteurs relais : les modes de prise en charge de la pathologie

- > L'organisation de la santé mentale en France : acteurs, organisation et lieux (au niveau médical, social et au niveau des mesures de protection nécessaires)
- > Conseils et actions possibles



#### Public

Personnel d'accueil ou de proximité, travailleurs sociaux



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

21-22 septembre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 21 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Valérie CAFFIAUX

## Objectifs pédagogiques

Acquérir les connaissances de base sur les troubles psychiques  
Favoriser une meilleure gestion des relations avec les personnes concernées

Repérer et développer des attitudes et comportements adaptés aux situations rencontrées

Connaître les différents acteurs ou relais médicaux et sociaux

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques de base illustrés d'exemples issus de la pratique des participants

Etudes de cas pratiques et mises en situation

Exercices d'intégration adaptés

## Modalités d'évaluation

Jeux de rôle et analyse permettant le constat des acquis et des axes de progrès

Quiz de validation des objectifs pédagogiques

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Améliorer sa posture dans la relation d'aide



## Contenu :

### Jour 1

- > Définition de la relation d'aide
- > La cible de l'aisance : auto-évaluation des compétences
- > Les besoins dans la relation
- > Quelques outils de l'Analyse Transactionnelle

### Jour 2

- > Quelques outils de l'Analyse Transactionnelle (suite)
- > L'écoute active
- > Le corps dans la communication

### Jour 3

- > Les émotions et sentiments
- > La gestion des émotions
- > Le stress et ses conséquences
- > Les manipulations émotionnelles
- > Sa posture : Outils d'une juste distance (assertivité, affirmation de soi, ne pas entrer ou comment sortir des jeux psychologiques)



### Public

Professionnels de la relation d'aide



### Prérequis

Aucun



### Durée

3 jours décomposés en 2+1, soit 21 heures



### Dates et lieux

24-25 mars et 2 avril 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 24 février 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



### Intervenant

Guy MELCHIOR

## Objectifs pédagogiques

Connaître et utiliser les outils de l'Analyse Transactionnelle en lien avec la relation d'aide  
Utiliser l'écoute empathique et des méthodes de questionnement pour faciliter la communication et l'interaction  
Repérer et gérer ses émotions et celles de ses interlocuteurs et utiliser un langage adapté  
Développer sa posture d'écoute pour garder une juste distance dans la relation d'aide

## Méthodes pédagogiques

Jeux de rôles et mises en situation basés sur les expériences des stagiaires ; analyse vidéos ; échanges en groupe des expériences et des options de solutions ; apports théoriques ; exercices de gestion des émotions et du stress

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



### Indicateur de résultats

4 groupes en inter entre 2021 et 2023– 30 personnes formées  
En moyenne, les stagiaires ont attribué la note de 9.1/10 à la formation.

# Sensibilisation à la culture sourde à la LSF et aux modes de communication non verbale



## Contenu :

- > L'oralisme chez une personne atteinte de surdité et/ou de malentendance
- > Le français parlé (lecture labiale) et/ou écrit en vue d'une adaptation à la culture sourde
- > Le regard et les postures dans la communication non verbale
- > Les différentes techniques de communication non verbales
- > Initiation à la dactylogogie (alphabet signé)
- > Les paramètres de formation d'un signe, à quoi servent-ils ? (Configuration, orientation, emplacement mouvement, expression du visage)
- > Comprendre la syntaxe grammaticale de la L.S.F. (schéma de pensée) et les 4 formes grammaticales d'expression interrogation, affirmation, interro négation, affirmation négative
- > Vocabulaire de base et vocabulaire thématique en fonction des besoins professionnels (expressions courantes)
- > Compréhension d'un message simple en L.S.F



### Public

Tout public particuliers ou professionnels de santé, de secteur médico-social et socioéducatif en contact ou non avec des personnes concernées par les troubles de la parole ou les situations de surdité ou de surdi-mutité



### Prérequis

Aucun



### Durée

3 jours consécutifs, soit 18 heures



### Dates et lieux

8-9 et 10 juin 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 7 mai 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 8 personnes maximum



### Coût pédagogique

1 170   nets de taxes



### Intervenante

Sonia CEFFA

## Objectifs pédagogiques

Découvrir la langue des signes française et les modes de communication non verbale

Comprendre le fonctionnement de la langue des signes française

 tre en capacité de communiquer en LSF via des phrases simples

Améliorer l'accueil des personnes sourdes et/ou malentendantes

Adapter les postures afin de faciliter la relation avec la personne sourde et/ou malentendante

Apporter des informations concrètes et pratiques aux personnes sourdes et/ou malentendantes

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques

Mise en situation réelle (expérimentation de situation de handicap)

Exercices pratiques au long cours

Support pédagogique

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



### Indicateur de résultats

2 groupes en intra en 2025 - 10 personnes formées

Taux de satisfaction : 91%

**NOUVEAU**

Communication et relations humaines

# Mieux se connaître pour mieux communiquer avec le DISC®

## Contenu :

**Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts dans la compréhension des messages**

**Reconnaitre les différents profils grâce au modèle DISC**

- > Origine et présentation du modèle DISC
- > Les spécificités de comportement de chaque profil : Dominant (D), Influent (I), Stable (S), Conformiste (C)

**Mieux se connaître pour adapter ses messages**

- > Découvrir votre profil personnel AEC DISC : vos zones de talents et vos axes d'amélioration en communication

**Identifier les différences et besoins des interlocuteurs en matière de communication**

- > Les spécificités observables de communication pour chaque profil
- > Leurs besoins sous-jacents et comment y répondre



### Public

Toute personne désireuse d'améliorer ses compétences en communication en apprenant à mieux se connaître



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

19 mars 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 19 février 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenante

Léa REDIEN

## Objectifs pédagogiques

Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts dans la compréhension des messages  
Reconnaitre les différents profils grâce au modèle DISC  
Mieux se connaître pour adapter ses messages  
Identifier les différences et besoins des interlocuteurs en matière de communication

## Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel + 25 min de travail individuel (Passation du test AEC DISC)  
Livrable du profil personnel AEC DISC  
Travail en groupes et mises en situation : activités collaboratives et jeux de rôles  
Discussions et échanges : partage d'expériences et réflexions en groupe

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Formation

Nous pouvons intervenir « sur mesure » dans votre structure sur des thèmes spécifiques (liste non exhaustive).

Et aussi,  
en intra-muros...

## L'accueil physique et téléphonique, une fonction primordiale

2 jours

- > L'accueil reflète l'image de l'ensemble de l'entreprise.
- > Surmontez et dépassez les difficultés de communication pour une qualité du contact et des réponses apportées aux visiteurs ou correspondants.

## Prévenir et gérer les situations difficiles en relation client

2 jours

- > « Un client peut être énervant et injuste, il n'en reste pas moins un client ! »
- > Ayez les bons réflexes dans la gestion des situations difficiles en entretien de vente ou de gestion, en face à face ou au téléphone.
- > Expérimentez des savoir-faire comportementaux et des techniques de communication permettant de maintenir la relation, de gérer l'agressivité et de désamorcer les conflits.

## Découvrir le modèle du DISC de Marston

0,5 jour

- > Le principe du DISC
- > Distinguer les couleurs et identifier son fonctionnement
- > Développer ses autres couleurs en restant soi-même
- > Reconnaître les couleurs des autres et s'y adapter

## Signer avec bébé

2 jours

- > Associer le geste à la parole pour aider à l'acquisition du langage autour et avec l'enfant
- > Mieux appréhender les problématiques liées à la surdité et/ou malentendance (enfant, parents sourds...)
- > Faciliter la compréhension des souhaits de l'enfant autrement que par le langage parlé.

## Travailler en institution avec les familles

6 jours

- > Associer le mieux possible les familles dans la démarche pédagogique des institutions, en conformité avec l'esprit de la Loi
- > Accroître ainsi l'efficacité et la pertinence des actions éducatives en développant avec ces familles des attitudes de coopération réalistes, adaptées et mobilisatrices
- > Comment démultiplier, en interne, les apports de cette formation

## Le secret professionnel

2 jours

- > Comprendre la logique et les enjeux des textes législatifs en vigueur sur le secret professionnel – y compris dans leurs apparentes contradictions.
- > Favoriser une prise de conscience claire et collective sur les obligations de chacun dans la mise en place des garants d'une éthique d'action sociale.
- > Envisager les modifications éventuelles de fonctionnement pour se mettre en adéquation avec la double réalité de l'action sociale et de la législation



Formations

# Relation client

- > Vendre par et sur internet
- > Comprendre le besoin de notre cible et mener un entretien de découverte
- > Les fondamentaux de la relation par téléphone
- > Réussir ses appels sortant au téléphone
- > Réseaux sociaux : savoir les utiliser avec pertinence et efficacité
- > Décrypter les besoins clients et apporter de la valeur **NOUVEAU**
- > Mieux vendre avec le DISC **NOUVEAU**
- > Construire un pitch efficace **NOUVEAU**

# Vendre par et sur internet

*Nous préconisons d'avoir quelques connaissances des outils bureautiques et de la navigation sur le web pour suivre cette formation*



## Contenu :

### Jour 1

- > Les leviers d'acquisition de la clientèle (sms, emailing, régie publicitaire Facebook et Google)
- > Le référencement (maîtriser la sémantique utile à son positionnement et les formes rédactionnelles adaptées)
- > Comment vendre en omnical (Amazon, site, Facebook, emailing), soigner sa stratégie
- > Les différentes solutions de paiement (paypal, plateformes tiers, banque, paiements classiques et micro-paiement)

### Jour 2

- > RGPD
- > Loi Hamon
- > Informatique et libertés
- > Règles de commerce et usages

### Jour 3

- > Mise en place d'un projet de site marchand
- > Créer un cahier des charges d'un site de vente en ligne simple (wordpress, woocommerce)



### Public

Toute personne en relation directe avec une clientèle



### Prérequis

Aucun



### Durée

3 jours consécutifs, soit 21 heures



### Dates et lieux

9-10-11 septembre 2026 en distanciel

Date limite d'inscription : 9 août 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



### Intervenante

Dorothee Jarry Rousselle

## Objectifs pédagogiques

Identifier les bons outils pour construire et développer votre marketing en ligne

Mettre en place un parcours client efficace

Maîtriser le copywriting pour booster ses ventes

Connaître la réglementation, les différentes solutions de paiement et choisir ses canaux de vente (internet, réseaux sociaux)

Créer un cahier des charges pour mettre en place un site marchand simple avec wordpress et woocommerce

## Méthodes pédagogiques

Création de parcours dans it's learning

Entretien et échanges

Suivi d'exercices à remettre

## Modalités d'évaluation

Evaluations initiales : test de positionnement individuel, écrit + Auto Evaluation écrite

Evaluations intermédiaires : QCM

Evaluation finale : Mise en situation - Présentation projet professionnel

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Comprendre le besoin de notre cible et mener un entretien de découverte

## Contenu :

### Etat des lieux et travail sur les représentations

- > Sens que je donne à l'évolution de ma fonction/missions : intérêts, motivations et questions des participants
- > Identification des différents types de contacts traités
- > Description des situations relationnelles vécues, des difficultés rencontrées
- > Recherche des causes et des conséquences
- > De quoi ai-je besoin pour remplir au mieux ma mission ?

### Les enjeux de la communication dans une approche commerciale

- > L'importance de la communication et la relation pour la structure, le bon fonctionnement des équipes et la satisfaction des clients
- > Le rôle accru de l'accueil dans le cadre des besoins des bénéficiaires
- > Faire la part entre l'aspect humain, relationnel et la réponse technique : dissocier les 2 plans
- > ... vers la relation client

### Mieux se connaître et prendre du recul sur son fonctionnement un levier clé de réussite

- > Caractériser ses qualités et ses compétences clés
- > Identifier ses points forts mais également ses freins ou limites personnelles par rapport à la gestion de la relation client
- > Identifier ses limites pour y faire face
- > Elaborer son plan personnel de progression

### Acquérir des techniques et méthodes de gestion de la relation client

- > Préparer son entretien pour être confiant et donner confiance
- > S'affirmer dans ses relations professionnelles et négocier avec plus de persuasion
- > Assurer le suivi de son action

### Mises en situation par jeux de rôle et analyse



#### Public

Les équipes directement en lien avec les clients et prospects



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours, soit 14 heures



#### Dates et lieux

24-25 juin 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 26 mai 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personne minimum - 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenantes

Emmanuelle CEFFA et/ou Jeanne DESBIENS

### Objectifs pédagogiques

Identifier et analyser les enjeux de l'entretien de découverte dans la relation commerciale

Préparer et structurer un entretien de découverte adapté à leur contexte professionnel

Reformuler et clarifier les besoins exprimés en s'adaptant au profil de l'interlocuteur

Conduire un entretien de découverte complet à partir de mises en situation concrètes

### Méthodes pédagogiques

Une formation élaborée en fonction des situations vécues

Une formation qui permet à chaque stagiaire de prendre du recul sur ses fonctionnements et de vivre de manière très concrète les apports présentés (travail individuel, travail en sous-groupe)

Une formation qui apporte les éclairages théoriques nécessaires pour comprendre (remise d'un support reprenant les idées clés)

Une formation qui permet au groupe de vivre certaines situations pour progresser par l'expérience (mises en situation, jeux de rôles, ...)

Une formation très opérationnelle qui favorise le passage à l'action

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation. Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation. Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Relation client

# Les fondamentaux de la relation client par téléphone



## Contenu :

Intégrer les enjeux de la communication par téléphone

Conserver la directivité

Accueillir, mettre le cadre

Questionner, mener une découverte

Enregistrements d'appels avec de vrais/faux clients

Répondre aux objections

Reformuler l'échange

Proposer les arguments convaincants pour le client

Conclure et valider la satisfaction client

Débrief des appels enregistrés

Mise en place d'un plan d'action personnalisé



### Public

Conseillers de Relation Clientèle devant maîtriser la relation client par téléphone



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

24-25 novembre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 23 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



### Coût pédagogique

840 € nets de taxes



### Intervenant

Eric FAURE

## Objectifs pédagogiques

Adopter les règles de la communication par téléphone  
Conserver la directive d'un appel en toute circonstance  
Maîtriser les techniques de questionnement et de reformulation  
Formuler un discours convaincant pour chaque interlocuteur

## Méthodes pédagogiques

Optimisation de la technique comportementale au téléphone  
Exploration de la relation sous le seul angle de la perception

## Modalités d'évaluation

Passation du questionnaire Teltest de compétences relationnelles au téléphone au début et à la fin de la formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Relation client

# Réussir ses appels sortants au téléphone

## Contenu :

Découvrir son profil de communicateur, reconnaître et s'adapter à celui de son interlocuteur

La phrase d'accroche : théorie, entraînement individuel, speed phoning

L'assertivité comme outil de communication en situation conflictuelle

Test individuel et entraînement

Entraînement sur de « vrais-faux » appels



### Public

Conseiller relation client, Commercial, Attaché commercial



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

26 novembre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 26 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

400 € nets de taxes



### Intervenant

Éric FAURE

## Objectifs pédagogiques

Savoir créer et utiliser votre phrase d'accroche

Savoir s'adapter au style personnel de chaque interlocuteur

Savoir être assertif lors des appels sortants complexes

## Méthodes pédagogiques

Découvrir comment rentrer facilement en relation avec vos interlocuteurs

« Parler la langue » de chaque type d'interlocuteur client

## Modalités d'évaluation

Passation du questionnaire Teltest de compétences relationnelles au téléphone au début et à la fin de la formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Relation client

# Réseaux sociaux : savoir les utiliser avec pertinence et efficacité

## Contenu :

### Comprendre les enjeux d'une stratégie de communication social média

- > Tendances et état d'esprit
- > Méthode gratuite et payante
- > Via les ordinateurs, tablettes et smartphones

### Communiquer autrement à sa cible

- > Fréquence
- > Charte éditoriale
- > Des outils pour mieux y parvenir
- > Etudes des leviers (statistiques)
- > Modération des réseaux



#### Public

Tout public possédant au moins un compte sur un réseau social



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

3 jours



#### Dates et lieux

10-11-12 juin 2026 en distanciel  
Date limite d'inscription : 11 mai 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenante

Dorothee Jarry Rousselle

### Objectifs pédagogiques

Créer une stratégie de communication adaptée (LinkedIn, Instagram, Facebook)  
Positionner sa marque  
Analyser les performances des actions et les améliorer  
Créer différents types de visuels et contenus interactifs (photos, montage, vidéo, réel, story, format...)

### Méthodes pédagogiques

Analyses pratiques  
Veilles technologiques  
Mise en situation (training)

### Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Mises en situations professionnelles le jour 2, avec évaluation selon une grille :  
> La connaissance des techniques de négociation  
> Les acquis en matière de capacité à argumenter, connaître, conduire une négociation constructive souple, efficace et durable.  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Relation client

# Décrypter les besoins clients et apporter de la valeur



## Contenu :

Les 3 formes de besoins clients : explicites, implicites, latents

Les 3 dimensions du besoin : fonctionnel, émotionnel, social

Distinction entre symptômes exprimés et causes profondes

Posture d'exploration : écoute active, reformulation, questionnement ouvert

Trame d'entretien structuré pour cerner contexte, enjeux, motivations

Les problématiques du client et la notion de valeur perçue : ce que le client achète vraiment

Traduction des besoins en bénéfices clients concrets et différenciants

Storytelling et outils visuels pour clarifier la transformation apportée

Modèles de formulation d'une proposition de valeur impactante



### Public

Toute personne en contact client amenée à vendre (commercial, vendeur, magasinier, entrepreneur, profession libérale...)



### Prérequis

Avoir une offre de produit ou de service définie (même de manière préliminaire)  
Être en situation (ou en préparation) de prospection, de RDV client ou de développement commercial  
Être prêt à s'interroger sur sa posture commerciale et à remettre en question ses habitudes de présentation de l'offre



### Durée

2 jours, soit 14 heures



### Dates et lieux

21-22 avril 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 23 mars 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Léa REDIEN

## Objectifs pédagogiques

Identifier et comprendre les différentes formes de besoins clients, y compris ceux qui ne sont pas exprimés directement  
Adopter une posture d'écoute active et utiliser une trame efficace pour explorer les besoins en profondeur  
Faire émerger la valeur perçue à partir des problèmes réels et des attentes du client  
Formuler une proposition de valeur claire et impactante, centrée sur la transformation vécue par le client

## Méthodes pédagogiques

Apports interactifs : concepts clés présentés de manière participative, avec exemples concrets. Auto-positionnement et introspection : questionnements guidés sur sa propre offre et posture. Exercices individuels en binômes : clarification des besoins clients, cartographie, reformulation. Jeux de rôles : simulations d'entretiens de découverte avec feedback structuré (observateur). Créativité appliquée : storytelling, visualisation « avant/après », formulation différenciante. Co-développement et feedback croisé : travail en sous-groupes, partage d'expériences, enrichissement collectif

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Evaluation diagnostique en début de formation  
Evaluations formatives tout au long de la formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Relation client

# Mieux vendre avec le DISC



## Contenu :

**Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts en collectif**

**Découvrir les différents types de vendeurs, selon le DISC**

- > Expliquer les quatre profils définis par le modèle DISC : Dominant (D), Influent (I), Stable (S), Conformiste (C)
- > Identifier les couleurs dominantes dans leurs forces et faiblesses

**Approfondir cette découverte dans et selon les phases de la vente**

- > La préparation
- > Le contact
- > La création d'un climat de confiance
- > La qualification dans la découverte des besoins
- > L'argumentation
- > La réponse aux objections
- > La conclusion
- > Le suivi

**Se situer personnellement dans son métier de commercial afin de déterminer des axes de progrès**

**Découvrir et reconnaître les différents types de prospects et clients dans :**

- > Leurs forces et faiblesses
- > Leur comportement verbal (les mots employés, les questions posées)
- > Leur comportement non-verbal (tonalité de la voix, gestuelle)
- > Leurs motivations dans un acte d'achat

**Mise en application des apprentissages**

- > Développer sa flexibilité pour s'adapter à ces différents types de prospects et clients dans et selon les différentes phases de la vente
- > Exemples pratiques et jeux de rôles



### Public

Commercial, attaché-commercial, négociateur, vendeur



### Prérequis

Avoir une expérience commerciale



### Durée

2 jours, soit 14 heures



### Dates et lieux

4-5 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 7 avril 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Léa REDIEN

## Objectifs pédagogiques

Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts en vente  
Découvrir les différents types de vendeurs selon le DISC  
Approfondir cette découverte dans et selon les phases de la vente  
Se situer personnellement dans son métier de commercial afin de déterminer des axes de progrès  
Découvrir et reconnaître les différents types de prospects et clients

## Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel  
Passation du test AEC DISC en amont : 25 min de travail individuel  
Livrable du Profil Personnel AEC DISC  
Travail en groupes et mises en situation : activités collaboratives et jeux de rôles  
Discussions et échanges : partage d'expériences et réflexions en groupe

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Relation client

# Construire un pitch efficace



## Contenu :

**Présentation ludique en lien avec le thème pour mieux connaître les participants**

### C'est quoi un pitch pour vous ?

- > Objectif d'un pitch
- > (Outil nuage de mots, les stagiaires devront choisir les mots caractérisant un bon pitch)
- > Être percutant, efficace, essentiel, accrocheur, convaincant
- > Déroulé des techniques de pitch : les différentes étapes «on décortique un pitch»

**Mise en pratique : Travail en sous-groupe**

**Mise en pratique à travers une situation professionnelle**



### Public

Managers, responsables de service



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

19 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 20 avril 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenante

Léa REDIEN

## Objectifs pédagogiques

Savoir construire un pitch efficace

Savoir animer son pitch

## Méthodes pédagogiques

Méthodes actives centrée sur l'appropriation par les participants des outils et méthode pour construire un bon pitch et s'exercer en sous-groupes, réflexions individuelles, simulations de pitch...

Des apports orientés sur le « comment faire pour »

## Modalités d'évaluation

Test d'autopositionnement avant et après la formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation





Formations

# Management et Encadrement

- > Les fondamentaux du management
- > Déléguer et responsabiliser : le management par la confiance
- > Le management en mode projet
- > L'entretien annuel d'évaluation : enjeux et méthodes
- > Transformer son mode de management : évoluer vers le leader positif
- > Affiner son management à l'aide de l'Analyse Transactionnelle
- > Communiquer et manager en fonction transversale
- > Développer ses compétences managériales - Parcours blended-learning
- > Conduire et accompagner le changement : de l'adaptation à l'acceptation
- > Renforcer sa posture managériale grâce aux outils du théâtre
- > Neuromanagement et management par l'intelligence émotionnelle
- > Mieux coopérer en équipe avec le DISC **NOUVEAU**
- > Faciliter l'intelligence collective et la cohésion d'équipe **NOUVEAU**
- > Managers, désamorcez les conflits et rétablissez le dialogue avec le protocole de Karpman **NOUVEAU**
- > Tuteur en entreprise
- > Formateurs Professionnels d'Adultes
- > Devenir formateur – tuteur AFEST **NOUVEAU**

**Et aussi, en intra-muros**

Management et encadrement

# Les fondamentaux du management

## Contenu :

### Jour 1

#### Le Manager, son rôle et ses responsabilités

- > Savoir se positionner comme manager : comprendre ses missions, ses marges de manœuvre et ses responsabilités
- > Définir un cadre de travail partagé : poser les règles, expliciter les attentes et favoriser la confiance
- > Mettre en œuvre une communication managériale adaptée : donner des consignes claires, recadrer, valoriser les réussites

### Jour 2

#### Orchestrer le travail d'équipe

- > Animer et mener des réunions
- > Gérer les situations complexes : analyser le problème, réguler les tensions et faciliter la coopération
- > Adopter une posture de facilitateur et favoriser la prise d'initiative

### Jour 3

#### Piloter la performance du travail

- > Motiver l'équipe : identifier et activer les leviers de motivation, renforcer le sens au travail
- > Responsabiliser et déléguer efficacement : accompagner et suivre l'autonomie des collaborateurs

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#) ↗



#### Public

Managers, responsables d'équipe, chefs de service



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

3 jours consécutifs, soit 21 heures



#### Dates et lieux

5-6-7 octobre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 7 septembre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenante

Jeanne DESBIENS

### Objectifs pédagogiques

Identifier les enjeux et missions de la fonction de manager

Mettre en œuvre des outils opérationnels de management adaptés au contexte professionnel

Adapter sa communication pour renforcer la motivation et l'engagement des collaborateurs

### Méthodes pédagogiques

Démarche de pédagogie participative et active

Travaux en sous-groupe, mises en situation concrètes

Autodiagnostic, exercices de réflexion individuelle et collective

Apports théoriques et études de cas – debriefing

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Déléguer et responsabiliser : le management par la confiance



## Contenu :

### Savoir mieux déléguer pour renforcer son efficacité

- > Comprendre la délégation pour mieux la maîtriser
- > Identifier les conditions et les incontournables d'une bonne délégation
- > Comprendre les résistances et surmonter les craintes
- > Détecter son style de management en situation de délégation

### Définir le cadre d'une délégation saine

- > Préparer la délégation et respecter le processus relationnel
- > Préparer soigneusement la délégation
- > S'entraîner à l'entretien de délégation
- > Dégager ses propres points de vigilances

### Responsabiliser pour mobiliser

- > Savoir responsabiliser pour favoriser le développement des collaborateurs
- > Identifier les pratiques responsabilisantes
- > Redynamiser une équipe qui s'essouffle
- > Créer les conditions de la responsabilisation

### Manager par la confiance

- > Tenir compte des différentes personnalités
- > Connaître les facettes de la confiance en soi, évaluer sa propre estime de soi
- > Identifier les apports du management par la confiance et alimenter son « compte confiance »
- > Agir sur les leviers de la coopération confiante



#### Public

Managers, chefs de service, agents de maîtrise



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

4 demi-journées, soit 14 heures



#### Dates et lieux

14-15-16-17 septembre 2026 à distance

Date limite d'inscription : 14 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Benoît RICHÉ

## Objectifs pédagogiques

Réfléchir sur sa pratique managériale pour mieux déléguer et responsabiliser

Elargir son cadre de référence et agir sur les leviers de la confiance

Conceptualiser et élaborer collectivement à partir des expériences vécues

Partager entre pairs et dégager de bonnes pratiques

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques illustrés d'exemples professionnels concrets

Exercices d'intégration progressifs

Mises en situation et mutualisation des compétences

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Le management en mode projet

Nous préconisons d'avoir une expérience d'au moins 6 mois en management pour suivre cette formation

## Contenu :

### Jour 1

#### Le Manager, son rôle au sein du projet

- > Savoir se positionner comme manager
- > Piloter le travail d'équipe
- > Communiquer efficacement avec son équipe projet

### Jour 2

#### Agir en mode projet

- > Les fondamentaux du « mode projet »
- > Cadrer le projet
- > Gérer et piloter le projet

### Jour 3

#### Dynamiser son équipe projet

- > Créer et animer l'équipe projet
- > Motiver l'équipe et favoriser la cohésion
- > Déléguer et évaluer

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#) 



#### Public

Managers, chefs de service,...



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

3 jours consécutifs, soit 21 heures



#### Dates et lieux

5-6-7 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 7 avril 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenante

Jeanne DESBIENS

## Objectifs pédagogiques

Définir et comprendre le « mode projet »

Identifier le rôle et les responsabilités du manager dans la conduite de projets

Construire et utiliser des méthodes de planification, de pilotage

Assimiler les attitudes facilitant la responsabilisation, la mobilisation, la négociation, le contrôle...

## Méthodes pédagogiques

Démarche de pédagogie participative et active

Travaux en sous-groupe, mises en situation concrètes

Autodiagnostic, exercices de réflexion individuelle et collective

Apports théoriques et études de cas – debriefing

## Modalités d'évaluation

**En début de formation :** questionnaire d'auto-positionnement

**En cours de formation :**

> Rédaction d'une fiche projet en lien avec l'emploi du stagiaire

> Grille d'aisance sur les rôles du manager de projet

> Exercice pratique sur un outil de planification concernant le projet défini précédemment

> Mise en situations et jeux de rôles (négociation, délégation, présentation des objectifs)

**En fin de formation :** grille d'évaluation finale

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# L'entretien annuel d'évaluation : enjeux et méthodes



## Contenu :

### Enjeux et objectifs de l'entretien annuel d'évaluation

- > Définir les enjeux pour les collaborateurs, les managers, l'entreprise
- > Connaître la différence entre entretien annuel d'évaluation et entretien professionnel

### L'évaluation : définition, conceptualisation

- > Ce qu'elle n'est pas, ce qu'elle implique, ce qu'elle permet, ce qu'elle apporte

### Les étapes de l'évaluation

- > La notion de contrat et d'objectifs
- > Fixer des objectifs avec la méthodologie SMART
- > La mise en adéquation des ressources, des activités et des résultats
- > Le feed-back constructif : un droit des salariés à un minimum de reconnaissance

### Les outils de l'évaluation

- > La notion de critère qualitatif et quantitatif
- > Le concept de « Signes de Reconnaissance »
- > Savoir faire des critiques constructives et recadrer
- > Impulser une « pédagogie du soutien à la qualité »

### Mettre en place les entretiens d'évaluation : les différentes étapes

- > Principes de base et spécificités
- > Préparation mutuelle en amont
- > Bilan réciproque de l'année écoulée
- > Perspectives et objectifs
- > Conclusion et suivi des décisions

### Approche des situations particulières ou délicate

### Jeux de rôles et simulations



#### Public

Directeurs, cadres, chefs de service ou d'équipe ayant une responsabilité de management



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

1-2 juillet 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 1<sup>er</sup> juin 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Delphine DEMAREZ

### Objectifs pédagogiques

Développer sa capacité à évaluer les actions et les activités de ses collaborateurs  
Savoir fixer des objectifs  
Savoir structurer, préparer les entretiens annuels  
Acquérir des outils concrets, réalistes et adaptés

### Méthodes pédagogiques

Pratique concrète de la démarche au travers d'exercices spécifiques  
Exercices sur la fixation d'objectifs  
Remise d'outils et acquisition d'une méthode (trame d'entretien)  
Entraînement à l'entretien à partir de cas concrets  
Echanges et mutualisation d'expériences

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Transformer son mode de management : évoluer vers le leader positif



## Contenu :

Comprendre le modèle du leadership positif et s'approprier les outils du leader positif

Devenir un leader positif

Cultiver et diffuser l'optimisme

Nourrir du lien et établir une communication émotionnelle constructive

Créer les conditions d'épanouissement des équipes

Apprivoiser les tensions et canaliser son énergie

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



### Public

Managers confirmés (opérationnels, intermédiaires ou dirigeants)



### Prérequis

Aucun



### Durée

3 jours consécutifs, soit 21 heures



### Dates et lieux

17-18-19 novembre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 19 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



### Intervenant

Christian LAVERGNE

## Objectifs pédagogiques

Relever les défis majeurs du leadership, transformer son mode de management

Développer de nouvelles ressources, découvrir des pratiques opérationnelles innovantes

Etablir des relations constructives et empathiques, concilier le positif et la performance

Construire l'entreprise positive, adopter et utiliser les outils du leader positif

## Méthodes pédagogiques

Cette formation/bilan/projet comporte beaucoup d'exercices d'auto-positionnement, qui sont prévus pour un prolongement après la formation

Apports théoriques illustrés d'exemples professionnels concrets

Exercices d'intégration progressifs

Mises en situation et mutualisation des compétences

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Affiner son management à l'aide de l'Analyse Transactionnelle



## Contenu :

### Le fonctionnement humain au travers de l'analyse transactionnelle

- > Introduction et objectifs de l'analyse transactionnelle dans les relations au travail
- > Décodage des attitudes adoptées lors des échanges via les états du "moi" : Parent, Adulte, Enfant (PAE)

### La compréhension du PAE dans les relations avec son équipe

- > Reconnaissance des états du « moi » et de leurs sous systèmes
- > Compréhension des types de transactions intervenant dans la communication
- > Importance des émotions et des tensions internes dans ces transactions

### Les relations interpersonnelles avec l'analyse transactionnelle

- > Transactions humaines toxiques et triangle de Karpman
- > Discernement des jeux psychologiques négatifs voire conflictuels
- > Dysfonctionnements les plus fréquents et canaux à privilégier pour revenir à un dialogue constructif
- > Besoins humains soulevés dans la relation manager/collaborateur et importance des signes de reconnaissance

### Le renforcement d'un climat de confiance et de communication constructive

- > Portée des 4 positions de vie : attitude positive ou négative envers soi-même et envers les autres
- > Consolidation de la relation de confiance et adoption du comportement gagnant/gagnant au sein de son équipe



#### Public

Managers, chefs de projets...



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

22-23 septembre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 24 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Elisabeth GREFFIER

## Objectifs pédagogiques

Repérer les schémas de communication les plus fréquents entre individus au travail (Parent/Adulte/Enfant), pour ramener vers un dialogue efficace et constructif (gagnant/gagnant)

Identifier et faire évoluer les transactions négatives vers des échanges positifs au sein de son équipe

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les représentations

Apports théoriques illustrés d'exemples

Exercices d'intégration et mise en situation

Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation

Validation des objectifs pédagogiques au début de la formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Communiquer et manager en fonction transversale



## Contenu :

Se positionner dans son rôle de manager transversal

Développer une posture d'influence

Communiquer avec efficacité

Gérer les relations interpersonnelles difficiles

Développer la coopération

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



### Public

Managers, chefs de service ou d'équipe, toute personne ayant une fonction d'encadrement



### Prérequis

Aucun



### Durée

3 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

4-5-6 novembre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 5 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



### Intervenante

Jeanne DESBIENS

## Objectifs pédagogiques

Décrire et expliciter leur rôle, leurs responsabilités et leurs leviers d'action en tant que manager transversal  
Formuler et partager des objectifs communs pour impliquer les acteurs d'un projet transversal  
Conduire des échanges structurés et adaptés pour informer et coordonner  
Mettre en pratique des outils de coopération pour renforcer l'efficacité collective

## Méthodes pédagogiques

Mises en situation  
Débriefing  
Réflexions partagées sur les problématiques amenées par les participants

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en début de formation  
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Développer ses compétences managériales

## Parcours blended-learning



### Contenu :

#### Module 1 – Présentiel - Animer et encadrer le collectif de travail

Jour 1 – Rôle et posture du manager

Jour 2 - Animer l'équipe en présentiel et à distance

Intersession : Travail d'application et de re mémorisation des apprentissages

#### Module 2 – Distanciel - Communiquer clairement, un vecteur d'efficacité

Jour 3 – Adapter sa communication

Jour 4 – Manager avec bienveillance et équité

Intersession : Travail d'application et de re mémorisation des apprentissages

#### Module 3 – Présentiel - Les droits et devoirs de chacun au profit de tous

Jour 5 - Les droits et les devoirs de tous

Jour 6 - Créer les conditions de l'accompagnement du collaborateur dans son parcours professionnel

Intersession : Travail d'application et de re mémorisation des apprentissages

#### Module 4 – Distanciel – Développer la cohésion, la coopération et l'efficacité du collectif de travail

Jour 7 - Sa posture professionnelle face au changement

Jour 8 - Fédérer et responsabiliser son équipe, levier de performance

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



#### Public

Manager, responsable d'équipe, chef d'équipe... expérimenté ou en prise de fonction



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

8 jours décomposés en 4 modules de 2 jours, soit 56 heures



#### Dates et lieux

A définir en fonction des besoins



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

3 120 € nets de taxes



#### Intervenants

Jeanne DESBIENS ou Benoît RICHER

### Objectifs pédagogiques

Caractériser le rôle et la posture du manager

Manager les attentes individuelles et pratiquer les différents types d'entretiens

Encadrer le collectif de travail

[Cliquez ici pour consulter les objectifs détaillés](#)

### Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, d'exercices pédagogiques sur les techniques de management et de questions-réponses

Travaux en sous-groupes et débats collectifs

Mises en situation et jeux de rôles

Travaux d'intersession qui permettent une prise de recul

Pédagogie active avec des exercices tirés de la réalité concrète des participants ce qui facilite la transposition des connaissances acquises et méthodes transmises

### Modalités d'évaluation

Validation des acquis par un quiz en fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Conduire et accompagner le changement : de l'adaptation à l'acceptation



## Contenu :

Comprendre la stratégie et la dynamique du changement

Diagnostiquer le changement

Repérer les résistances et les surmonter

Communiquer sur le changement

Piloter le changement

Manager l'accompagnement du changement et mobiliser les acteurs

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



### Public

Managers, responsables d'équipe, chefs de service, DRH, professionnels RH ou personnes chargées d'impulser la démarche



### Prérequis

Aucun



### Durée

4 demi-journée, soit 14 heures



### Dates et lieux

20-21-22-23 avril 2026 à distance  
Date limite d'inscription : 20 mars 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Benoît RICHER

## Objectifs pédagogiques

Comprendre et intégrer la stratégie du changement et avoir une bonne lecture du contexte

Diagnostiquer, piloter le changement et surmonter les résistances individuelles

Identifier son rôle de manager pour décliner le changement et les orientations de l'entreprise

Accompagner le changement, communiquer sur le changement et la stratégie

## Méthodes pédagogiques

Pratique concrète de la démarche au travers d'exercices spécifiques

Questionnaires d'autodiagnostic

Remise d'outils et acquisition d'une méthode

Échanges et mutualisation d'expériences

Mises en situation, jeux de rôles

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Renforcer sa posture managériale grâce aux outils du théâtre



## Contenu :

### Repérer son propre mode d'expression et celui des autres

- > Comprendre les clés du non verbal spécifiques au manager en présentiel et leurs impacts dans la qualité relationnelle instaurée à ses interlocuteurs
- > Prendre conscience de sa singularité, ses atouts, ses talents, l'image renvoyée, ses éventuels points d'amélioration

### Gagner en présence, alignement, ancrage et disponibilité

- > S'approprier les techniques et les outils de l'acteur pour affirmer sa présence
- > Affiner son écoute, sa concentration, sa disponibilité
- > Respiration, Voix, Corps, Regard, Visage, Congruence : être présent, au présent
- > Créer du lien, de l'empathie, un climat de confiance

### Faire passer ses messages, avec clarté et justesse

- > Prendre la parole de façon claire
- > Réussir à exprimer ses idées
- > Rendre « lisible » son propos
- > Donner du corps à son langage

- > Réussir des exposés persuasifs, des prises de parole convaincantes
- > Convoquer un état, mettre du sentiment, des nuances, approcher le travail d'interprétation
- > Faire passer un message, avec sincérité
- > Transmettre l'émotion voulue

### Développer sa capacité à rebondir, à argumenter, convaincre

- > Développer sa capacité à gérer la déstabilisation, l'imprévu, la contradiction
- > Faire avec, s'en amuser et construire
- > Découvrir et développer sa capacité à rebondir, sortir de sa zone, oser, être créatif

### Être à l'aise avec son image / avec ses collaborateurs, dans son costume de leader

- > S'amuser avec l'image de soi et envoyer la bonne image / l'énergie juste
- > Pratiquer le renforcement positif, la reformulation
- > Écouter sans interpréter / Émettre et/ou recevoir une critique constructive



### Public

Tout manager souhaitant développer sa posture managériale, être présent, aligné, ancré



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

6-7 octobre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 7 septembre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Stéphane HERVE

## Objectifs pédagogiques

Gagner en présence, alignement, ancrage

Être authentique, centré, inspirer confiance

Devenir confiant dans sa posture, à l'aise dans son costume de cheffe ou de chef

Développer sa posture de manager dans sa communication en présentiel et à distance

Renforcer son pouvoir de conviction et développer sa capacité à rebondir

Gagner en impact et en authenticité en présentiel et à distance

## Méthodes pédagogiques

Exercices et jeux théâtraux à partir des attentes et besoins des participants. Ceux-ci sont issus du training de l'acteur, pour gagner en présence, corps, voix, confiance, impact, conviction, d'improvisations pour renforcer la capacité à rebondir en toutes circonstances, gérer l'imprévu et ses émotions, en lien avec des situations professionnelles managériales précises

## Modalités d'évaluation

Mises en situations professionnelles en deuxième journée

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Management et encadrement

# Neuromanagement et management par l'intelligence émotionnelle



## Contenu :

### Comprendre le mode de fonctionnement du neuro-management opérationnel

- > Mieux connaître le fonctionnement humain et intégrer la neuro-ergonomie dans son management
- > Prendre conscience des leviers favorisants et des biais cognitifs pour un leadership plus efficace

### Connaître son propre fonctionnement, comprendre celui de ses collaborateurs

- > Développer une posture managériale en adéquation avec sa fonction
- > Détecter son profil de fonctionnement et celui de son interlocuteur
- > Repérer les comportements et émotions à risque
- > Identifier et agir sur les résistances aux changements

### Adapter son approche en intégrant les bases du neuro-management opérationnel

- > Développer les ressources nécessaires au neuro-management
- > Acquérir les techniques d'autogestion de ses émotions

### Favoriser la productivité et le bien-être de ses collaborateurs avec la neuro-ergonomie

- > Repérer et lever les freins à la créativité chez soi et chez les collaborateurs
- > Acquérir les techniques qui impulsent la confiance, la créativité et la dynamique du mode collaboratif

### Améliorer les capacités à motiver et guider avec le neuro-leadership

- > Préparer le cerveau à recevoir et intégrer les informations
- > Appliquer les principes fondamentaux de la transmission neuro-ergonomique des informations



#### Public

Managers, chefs de projets...



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

26-27 novembre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 26 octobre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Elisabeth GREFFIER

## Objectifs pédagogiques

Acquérir les leviers du neuro-management

Permettre d'interagir sur le fonctionnement humain grâce l'intelligence émotionnelle, afin de stimuler les talents, et renforcer la productivité des collaborateurs

Favoriser l'épanouissement et la motivation des équipes en utilisant les clés offertes par les neurosciences et sciences cognitives

## Méthodes pédagogiques

Travail sur les représentations

Apports théoriques illustrés d'exemples

Exercices d'intégration et mise en situation

Analyse de cas concrets

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Management et encadrement

# Mieux coopérer en équipe avec le DISC®



## Contenu :

**Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts en collectif**

**Reconnaitre les différents profils grâce au modèle DISC**

- > Origine et présentation du modèle DISC
- > Les spécificités de comportement de chaque profil

**Mieux vous connaître pour mieux interagir avec autrui**

- > Découvrir votre profil personnel AEC DISC : vos zones de talents et vos axes d'amélioration en coopération

**Identifier les différences et besoins de vos interlocuteurs en matière de communication**

- > Les spécificités observables de communication pour chaque profil
- > Leurs besoins sous-jacents et comment y répondre

**Appliquer la méthode des couleurs à la synergie d'équipe**

- > Utiliser les différences qui peuvent être source de malentendus et de conflits pour développer les complémentarités
- > Expérimenter un modèle de synergie d'équipe et savoir comment le mettre en pratique
- > Découvrir la meilleure contribution de chacun et comment en faire bénéficier les autres
- > S'entraîner à encourager, conseiller, donner du « feed-back » pour atteindre la cohésion



**Public**

Toute équipe désireuse de mieux collaborer en collectif



**Prérequis**

Aucun



**Durée**

2 jours consécutifs, soit 14 heures



**Dates et lieux**

1-2 juin 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 4 mai 2026



**Nombre de stagiaires**

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



**Coût pédagogique**

780 € nets de taxes



**Intervenante**

Léa REDIEN

## Objectifs pédagogiques

Prendre conscience des différences de perceptions et de leurs impacts en collectif

Reconnaitre les différents profils grâce au modèle DISC

Mieux vous connaître pour adapter votre communication

Identifier les différences et besoins de vos interlocuteurs en matière de communication

Appliquer la méthode des couleurs à la synergie d'équipe

## Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel + 25 min de travail individuel (Passation du test AEC DISC)

Livrable du profil personnel AEC DISC

Travail en groupes et mises en situation : activités collaboratives et jeux de rôles

Discussions et échanges : partage d'expériences et réflexion en groupe

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Management et encadrement

# Faciliter l'intelligence collective et la cohésion d'équipe



## Contenu :

### Identifier les enjeux du travail en équipe et les fondements de la cohésion

- > Définir ce qu'est la dynamique de groupe
- > Identifier les phénomènes d'influence
- > Déterminer les bases de la communication

### Développer la cohésion et optimiser la performance collective

- > Déterminer les enjeux individuels et collectifs dans un groupe
- > Développer l'intelligence collective
- > Mise en place d'un projet commun



#### Public

Salariés, responsables, formateurs, tuteurs



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

1 jour, soit 7 heures



#### Dates et lieux

14 septembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 14 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



#### Intervenante

Léa REDIEN

### Objectifs pédagogiques

Mettre en œuvre un travail d'équipe en cohésion et de manière efficace

### Méthodes pédagogiques

En présentiel ou distanciel

### Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Management et encadrement

# Managers, désamorcez les conflits et rétablissez le dialogue avec le protocole de Karpman



## Contenu :

### La boîte à outils du « manager communiquant »

- > Instaurer une relation équilibrée avec l'Okness
- > Vers un management sain avec Mes 3 états du Moi

### Jeux psychologiques et Triangle Dramatique

- > Définition et mécanismes des jeux psychologiques dans les interactions managériales
- > Exploration du Triangle Dramatique et des trois rôles (Persécuteur, Sauveur, Victime)
- > Analyse des « invitations » : identifier les tentatives de sabotage de la relation managériale
- > Exercices pratiques d'identification des rôles et des invitations, première étape pour préserver la relation managériale

### Triangle Compassionnel et Protocole d'action

- > Présentation des trois postures saines du Triangle Compassionnel
- > Introduction à la notion de crédit d'intention et travail sur la perception de l'autre dans la relation managériale
- > Entraînement pratique à l'utilisation du Protocole Compassionnel pour désamorcer les situations conflictuelles au sein de l'équipe
- > Débrief collectif du Diagnostic Personnel de Résistance aux jeux psychologiques

**Option :** Accompagnement individuel opérationnel suite au diagnostic (1h30 – sur devis)



### Public

Encadrants, managers, dirigeants de TPE/PME



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours, soit 14 heures



### Dates et lieux

15-16 juin 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 18 mai 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

900 € nets de taxes



### Intervenant

Laurent CAUSSETTE

## Objectifs pédagogiques

Identifier et analyser les rôles joués par ses interlocuteurs dans différentes situations de communication managériale  
Adopter les postures compassionnelles pour favoriser la communication managériale  
Savoir désamorcer efficacement une situation conflictuelle grâce au protocole compassionnel

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques structurés pour poser les repères conceptuels (analyse transactionnelle, triangle dramatique, triangle compassionnel)  
Pédagogie interactive favorisant la participative active et la réflexion individuelle et collective  
Etudes de cas et mises en situation issues du vécu professionnel des participants, afin d'ancrer les concepts dans des contextes concrets  
Entraînements pratiques guidés pour s'approprier progressivement les outils du protocole compassionnel  
Travaux en sous-groupes favorisant la prise de recul, l'analyse partagée et la co-construction des solutions  
Feedbacks individualisés du formateur tout au long de la formation pour ajuster les apprentissages

## Modalités d'évaluation

Test de positionnement individuel en amont de la formation  
Evaluations formatives tout au long de la formation  
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Tuteur en entreprise : accueillir, accompagner et transmettre des savoir-faire



## Contenu :

### Accueillir l'intégration du nouveau collaborateur

- > Structurer son accueil dans l'entreprise et dans son unité
- > Identifier ses besoins et attentes
- > Conduire l'entretien d'accueil
- > Présenter la planification du travail

### Identifier les facteurs d'apprentissage

- > Respecter les différents principes pédagogiques de la formation pour adulte
- > Instaurer un climat de confiance et de communication favorables aux apprentissages
- > Cerner les motivations, les besoins, les attentes et les peurs des adultes en situation d'apprentissage
- > Adapter son langage pour encourager une posture réflexive : les mots et le ton pour le dire

### Analyser la situation professionnelle dans une perspective de professionnalisation

- > Caractériser la notion de « posture professionnelle » : missions, rôles, contributions, activités prescrites et résultats attendus
- > Identifier les compétences techniques et relationnelles requises

### Accompagner la montée en compétence du nouveau collaborateur

- > Donner du sens au travail
- > Définir les règles du jeu
- > Définir les objectifs en termes de capacités professionnelles
- > Tester les acquis et mesurer les écarts
- > Identifier son niveau d'autonomie professionnelle
- > Mettre en place un accompagnement adapté : conduire les entretiens formels ou informels, évaluer les résultats, valoriser les progrès, gérer les incidents/échecs/tensions
- > Susciter l'intérêt et faire participer

### Mesurer l'impact de son style de communication dans la relation tuteur/tutoré

- > Identifier la boucle de la communication et les systèmes de représentation
- > Déterminer et surmonter les difficultés rencontrées
- > Réduire les réactions défensives
- > Développer une posture adaptée en fonction des situations

### Assurer le suivi de la formation

- > Elaborer et coconstruire des systèmes de contrôle et d'évaluation des résultats
- > Mettre en œuvre des actions correctives et en assurer le suivi



### Public

Toute personne amenée à assurer une mission de tutorat auprès de nouveaux recrutés, auprès de collaborateurs nouvellement mutés dans l'unité ou le service. Toute personne amenée, dans le cadre de ses fonctions, à transmettre ses savoir-faire au poste de travail, à organiser la transmission de savoir-faire, d'expertise au poste de travail.



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

14-15 décembre 2026  
Date limite d'inscription : 16 novembre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Jeanne DESBIENS

## Objectifs pédagogiques

Identifier les rôles et les missions d'un tuteur  
Mettre en œuvre les actions favorisant l'intégration du nouveau collaborateur dans son environnement de travail  
Planifier, organiser et suivre les activités formatrices en lien avec le parcours d'intégration  
Accompagner et évaluer la progression des compétences du nouveau collaborateur

## Méthodes pédagogiques

Réflexion sur le thème (autodiagnostic, échanges entre pairs...)  
Apports théoriques ciblés  
Mises en situation, jeux de rôle, réflexions en sous-groupes Exercices de mises en pratiques des outils proposés

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques au début de la formation Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Formateur Professionnel d'Adultes



## Contenu :

### Module 1 : La posture de formateur - 2 jours

- > Identifier le rôle du formateur
- > Intégrer la place et les attitudes clés du formateur
- > Identifier les différentes méthodes pédagogiques d'animation
- > Connaître les besoins des adultes en formation
- > Distinguer les différentes stratégies d'apprentissage

### Module 2 : Concevoir et préparer la formation - 2 jours

- > Analyser la demande de formation
- > Identifier les différents niveaux de demande et formuler des objectifs clairs
- > Rédiger et utiliser un scénario pédagogique et d'accompagnement
- > Evaluer les acquis des apprenants
- > La démarche qualité en formation

### Module 3 : Animer une formation - 4 jours (2\*2j)

- > Les différentes typologies d'apprenants : Générer une dynamique de groupe positive
- > Identifier les processus de construction et d'évolution d'un groupe, ses dynamiques d'adhésion, de frein, de rébellion
- > Instaurer un climat de confiance – les règles de fonctionnement
- > Déclencher et maintenir l'attention
- > Les outils, méthodes d'animation, utilisation de matériel pédagogique
- > Animer une séquence en présentiel – pratique
- > Animer une séquence à distance : les spécificités /utilisation quelques supports
- > Evaluer sa propre animation de formation dans une démarche d'amélioration continue



#### Public

Tout public



#### Prérequis

Avoir une première expérience d'animation de formation et/ou avoir une expertise professionnelle. Avoir des notions de base sur les logiciels de présentation (powerpoint, google slide...) et être équipé d'un ordinateur portable  
En amont de la formation : Un entretien de positionnement



#### Durée

8 jours (4 fois 2 jours consécutifs), soit 56 heures - Formation sur 4 mois



#### Nombre de stagiaires

5 personnes minimum - 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

2 000 € nets de taxes



#### Intervenants

Jeanne DESBIENS / Willemijn KALFF / Jean DAVID / Emmanuelle CEFFA

## Objectifs pédagogiques

### Module 1 : la posture de formateur : 2 jours

- Identifier le rôle du formateur
- Intégrer la place et les attitudes clés du formateur
- Identifier les différentes méthodes pédagogiques d'animation
- Connaître les besoins des adultes en formation
- Distinguer les différentes stratégies d'apprentissage
- La démarche de qualité et de responsabilité sociale des entreprises en formation - Qualiopi

### Module 2 (CCP 1) : Concevoir et préparer la formation : 2 jours

- Elaborer la progression pédagogique d'une formation multimodale à partir d'une demande
- Respecter et faire respecter la réglementation en vigueur en formation et dans sa spécialité
- Concevoir un scénario pédagogique et d'accompagnement en intégrant la multimodalité
- Concevoir des activités d'apprentissage et d'évaluation en intégrant la multimodalité

### Module 3 (CCP 2) : Animer une formation : 4 jours

- Animer une formation et faciliter les apprentissages selon différentes modalités
- Animer une séquence en présentiel – pratique
- Animer une séquence à distance : les spécificités /utilisation quelques supports

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, méthodologiques et pratiques  
Mises en situation – présentation orale en groupe  
Analyse de pratiques

## Modalités d'évaluation

Entretien de positionnement en amont  
Evaluation formative des acquis par module de formation  
Evaluation de fin de formation : préparation à la certification  
Remise d'un certificat ou du titre professionnel



**NOUVEAU**

Management et encadrement

# Devenir formateur - tuteur AFEST



## Contenu :

### Module 1 :

#### Identifier l'AFEST dans son entreprise et incarner le rôle, la posture du formateur-tuteur

- > Définir ce qu'est l'AFEST et comment il se traduit dans votre entreprise
- > Comparer la formation sur le tas et l'AFEST
- > Identifier le rôle du formateur-tuteur
- > Définir les étapes de l'apprentissage
- > Déterminer le droit à l'essai/erreur

### Module 2 :

#### Transformer le travail en apprentissage : Analyser vos compétences et structurer une fiche activité

- > Décomposer une tâche en compétence
- > Identifier ses compétences dans le cadre de son activité
- > Concevoir une fiche d'activité

### Module 3 :

#### Accompagner, expliciter, évaluer : Guider la progression et mesurer l'impact de vos apprenants

- > Identifier les bases de la communication
- > Appliquer l'écoute active
- > Expérimenter l'entretien d'explicitation
- > Formuler des évaluations critériées



#### Public

Salariés, responsables, formateurs, tuteurs



#### Prérequis

Avoir eu au moins une expérience de tutorat



#### Durée

3 jours, soit 21 heures



#### Dates et lieux

1-2 avril 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 2 mars 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

1 170 € nets de taxes



#### Intervenante

Léa FANTONI

## Objectifs pédagogiques

Concevoir et mettre en œuvre des actions de formation en situation de travail (AFEST)

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, méthodologiques et pratiques  
Mises en situation – présentation orale en groupe  
Analyse de pratiques

## Modalités d'évaluation

Evaluation formative des acquis par module de formation  
Evaluation de fin de formation : préparation à la certification  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Formation

Nous pouvons intervenir « sur mesure » dans votre structure sur des thèmes spécifiques (liste non exhaustive).

Et aussi,  
en intra-muros...

## Manager coach : comment développer le potentiel et les compétences de ses collaborateurs

2 jours

- > Connaître les principes et outils de base du coaching (ses indications, ses limites) et les tester
- > S'approprier les outils et attitudes d'un manager coach
- > Identifier une nouvelle source de motivation et d'efficacité en soi et chez ses collaborateurs
- > Reconnaître et développer le potentiel de chacun

## Développer son leadership au quotidien

2 jours

- > Prendre du recul sur sa pratique pour renforcer ses points forts et développer ses axes de progression
- > Mieux se connaître pour gagner en impact auprès de ses équipes
- > Traduire son rôle de leader en actions concrètes adaptées à son environnement professionnel
- > Découvrir et mettre en œuvre des outils et méthodes permettant de renforcer son leadership auprès de son équipe
- > Avoir des points de repère pour créer un cadre de travail individuel et collectif motivant et impliquant basé sur la confiance

## Le MMS (Middle Management de Sécurité)

2 jours

- > Le défaut de sécurité en matière d'accident du travail coûte très cher à l'entreprise et engage la responsabilité civile et pénale du chef d'entreprise.
- > Sachez prévenir les tracas en faisant passer vos équipes d'une culture de réaction à une culture d'anticipation.
- > Mettez en place une stratégie de prévention dans vos équipes.

## Certification CléA® Management

Durée adaptée au profil individuel

- > Domaine 1 : Organiser l'activité au regard des attentes et contraintes de l'entreprise et de son environnement
- > Domaine 2 : Animer et encadrer le collectif de travail
- > Domaine 3 : Accompagner les collaborateurs et favoriser le développement de leurs compétences
- > Domaine transversal : Contribuer à l'amélioration continue

## Les entretiens managériaux - Parcours blended-learning

Parcours blended-learning

- > L'entretien de feed-back
- > L'entretien de délégation
- > L'entretien de recadrage positif et l'affirmation de soi
- > L'entretien de recrutement



## Formations

# Ressources humaines et relations sociales

- > Gestion des Ressources Humaines et droit du travail (fondamentaux)
- > Droit social pour managers
- > Le CSE - Comité Social et Economique
- > Formation SSCT des membres du CSE (- de 50 salariés)
- > Formation SSCT des membres du CSE (+ de 50 salariés)
- > Formation économique des membres du CSE
- > Référent CSE : lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes
- > Réussir les NAO (Négociations Annuelles Obligatoires)
- > Réussir vos recrutements
- > Bien utiliser les réseaux sociaux pour recruter
- > Recruter les publics issus de la diversité
- > Paie : maîtriser les techniques et méthodes de calcul (niveau 1)
- > Paie : contrôler et sécuriser ses méthodes de calcul (niveau 2)
- > Bien préparer sa retraite

Ressources humaines et relations sociales

# Gestion des Ressources Humaines et droit du travail (fondamentaux)

## Contenu :

Intégrer le cadre juridique et les obligations de l'employeur

Acquérir les bons réflexes en matière d'embauche

Gérer les absences

Veiller au respect des règles en matière de décompte du temps de travail

Suivre les congés payés

Décomposer les différents éléments de la rémunération globale

Gérer la fin du contrat de travail

Animation des relations sociales : mieux comprendre le rôle du CSE

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#) 



### Public

Personnes en charge des RH : RRH, assistante RH



### Prérequis

Aucun



### Durée

4 jours non consécutifs, soit 28 heures



### Dates et lieux

22-23 juin et 6-7 juillet 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 22 mai 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



### Coût pédagogique

1 560 € nets de taxes



### Intervenante

Delphine DEMAREZ

## Objectifs pédagogiques

Maîtriser les sources du droit du travail

Sécuriser les pratiques dans le respect du cadre légal (temps de travail,..)

Connaître les droits et devoirs des membres du CSE

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques, juridiques

Echanges de pratiques opérationnelles

Jeux de rôles, exercices concrets en sous-groupes

Exercices individuels

## Modalités d'évaluation

Evaluation pendant la formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Ressources humaines et relations sociales

# Droit social pour managers

## Contenu :

L'environnement juridique du travail

Se repérer dans les différents contrats

Durée et aménagement du temps de travail

Faire face à l'absentéisme du salarié et gérer l'inaptitude

Le manager face aux comportements fautifs des salariés

Les situations de rupture du contrat de travail

Les relations avec les partenaires sociaux

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#) 



### Public

Encadrants, directeurs, managers, responsables de services



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

18-19 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 20 avril 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Delphine DEMAREZ

## Objectifs pédagogiques

Maîtriser les fondamentaux du droit social pour mieux structurer ses pratiques managériales

Savoir gérer les situations disciplinaires

Connaître les droits et devoirs du CSE

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Echanges de pratiques

Jeux de rôles et exercices pratiques

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation mais également évaluations formatives au cours de la formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Ressources humaines et relations sociales

# Le CSE – Comité Social Économique



## Contenu :

### La mise en place du CSE – les élections professionnelles et les nouvelles obligations

- > Le déclenchement des élections
- > La préparation des élections
- > Le déroulement des élections (rappel)
- > Le conseil d'entreprise : mise en place et attributions

### Attributions et pouvoirs du CSE dans les entreprises d'au moins 50 salariés

- > Attributions générales
- > Les consultations : organisation des trois blocs de consultations annuelles ou pluriannuelles
- > Le droit d'alerte
- > La BDES
- > Le délai d'examen suffisant
- > Autres attributions du CSE

### Fonctionnement et Moyens du CSE

- > Les points communs à toutes les entreprises
- > Dans les entreprises d'au moins 50 salariés
- > La première réunion du CSE

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#)



#### Public

Toute personne en charge des ressources humaines, des relations sociales



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

7-8 septembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 7 août 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Delphine DEMAREZ

### Objectifs pédagogiques

Clarifier la mise en place, les élections du CSE  
Maîtriser les attributions et pouvoirs du CSE  
Maîtriser le fonctionnement et les moyens du CSE

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques, juridiques et pratiques  
Echanges d'expériences et conseils pratiques pour maîtriser le CSE et sécuriser ses pratiques  
Exercices en sous-groupes sur un règlement intérieur  
Mises en situation : animer une réunion

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Formation SSCT des membres du CSE (-50)



## Contenu :

### Cadre réglementaire et prérogatives du CSE en matière de Santé, Sécurité et des Conditions de Travail

- > Missions du CSE en matière de SSCT : protection de la santé, sécurité, étude et contrôle, amélioration des conditions de travail, analyse des risques
- > Informations et consultations du CSE en SSC
- > Fonctionnement SSCT du CSE : composition, rôle, réunions ordinaires et extraordinaires, convocations, ordre du jour, et PV règlement intérieur
- > Moyens de l'instance : heures de délégation, formations, moyens matériels et juridiques, le recours à l'expertise, le droit d'alerte et danger grave et éminent
- > Le droit à l'information : savoir se repérer dans les textes et documents essentiels (document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP), rapport et programme annuels, ...)
- > Intervenants en prévention et fonctionnement

### Méthodologie de détection et d'appréhension des risques professionnels et des conditions de travail

- > Accidents du travail et maladie professionnelle
- > Identification des indicateurs et signaux d'alerte santé/sécurité
- > la prévention des risques santé
- > L'efficacité du CSE en matière de SSCT



#### Public

Membre du CSE de moins de 50 salariés



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

5 jours non consécutifs, soit 35 heures



#### Dates et lieux

1-2 octobre, 19-20 octobre et 3 novembre 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 1er septembre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

1 750 € nets de taxes



#### Intervenante

Delphine DEMAREZ

### Objectifs pédagogiques

Comprendre le rôle, les missions, droits et devoirs du CSE en matière de Santé, Sécurité et des Conditions de Travail  
Savoir analyser une situation, réaliser des enquêtes AT et des inspections  
Appréhender des thématiques d'actualité (RPS, Burn out, harcèlement, agissements sexistes)  
Participer au développement de la prévention des risques professionnels

### Méthodes pédagogiques

Echanges basés sur des apports théoriques, juridiques et pratiques  
Etudes de cas pratiques, mises en situation  
Apport d'outils

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Formation SSCT des membres du CSE (+50)

## Contenu :

### Cadre réglementaire et prérogatives du CSE en matière de Santé, Sécurité et des Conditions de Travail

- > Missions du CSE en matière de SSCT : protection de la santé, sécurité, étude et contrôle, amélioration des conditions de travail, analyse des risques
- > Informations et consultations du CSE en SSCT
- > Fonctionnement SSCT du CSE : composition, rôle, réunions ordinaires et extraordinaires, convocations, ordre du jour, et PV, règlement intérieur
- > Moyens de l'instance : heures de délégation, formations, moyens matériels et juridiques, le recours à l'expertise, le droit d'alerte et danger grave et éminent
- > Le droit à l'information : savoir se repérer dans les textes (le code du travail, la convention collective, les accords collectifs, et documents essentiels (document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP), rapport et programme annuels, plan de prévention, ...)
- > Intervenants en prévention et fonctionnement

### Méthodologie de détection et d'appréhension des risques professionnels et des conditions de travail

- > Accidents du travail et maladies professionnelles
- > Principes généraux de prévention
- > Analyse et évaluation des risques
  - > Quels sont les risques professionnels ?

- > La méthode d'évaluation des risques
- > La réalisation du DU ERP - (document unique d'évaluation des risques professionnels)
- > Pénibilité : la démarche de prévention et d'évaluation de la pénibilité
- > Enquête et analyse d'accidents : La méthode de l'arbre des causes
- > Visites SSCT du CSE : Quand et comment réaliser des inspections et enquêtes ?
- > Plan de prévention dans le cadre d'interventions d'entreprises extérieures
- > La prévention des risques santé
  - > Prévention des RPS (risques psycho-sociaux)
  - > Pénibilité : la démarche de prévention et d'évaluation de la pénibilité
  - > Les nouveaux risques santé : le burn out, le harcèlement et les agissements sexistes, Etude de ces nouveaux risques, Cadre réglementaire des agissements sexistes
- > La QVCT dans les entreprises
- > L'efficacité du CSE en matière de SSCT



#### Public

Membre du CSE de + de 50 salariés



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

5 jours non consécutifs, soit 35 heures



#### Dates et lieux

Nous consulter



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

1 750 € nets de taxes



#### Intervenante

Delphine DEMAREZ

### Objectifs pédagogiques

Comprendre le rôle, les missions, droits et devoirs du CSE en matière de Santé, Sécurité et des Conditions de Travail  
Savoir analyser une situation, réaliser des enquêtes AT et des inspections  
Comprendre le DU ERP et le plan de prévention  
Appréhender des thématiques d'actualité en SSCT (RPS, Burn out, harcèlement, agissements sexistes, QVCT)

### Méthodes pédagogiques

Echanges basés sur des apports théoriques, juridiques et pratiques  
Etude de cas pratiques, mises en situation, apport d'outils

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Ressources humaines et relations sociales

# Formation économique des membres du CSE

## Contenu :

Les deux parties peuvent être suivies indépendamment l'une de l'autre

### 1ère partie – 3 jours

- > L'organisation du CSE
- > Le fonctionnement du CSE
- > Les attributions du CSE
- > La gestion des budgets du CSE

### 2ème partie – 2 jours

- > Initiation à la lecture des documents comptables de l'entreprise
- > Lire et déchiffrer un bilan
- > Le compte de résultat et la vie de l'entreprise
- > Les chiffres clés
- > Donner un sens aux chiffres
- > L'état de santé de l'entreprise

[Cliquez ici pour consulter le contenu détaillé de la formation](#) 

 **Public**  
Membres du CSE

 **Prérequis**  
Aucun

 **Durée**  
5 jours non consécutifs, soit 35 heures  
Cette formation est proposée en deux parties distinctes

 **Dates et lieux**  
26-27-28 mai et 15-16 juin 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 27 avril 2026

 **Nombre de stagiaires**  
4 pers. minimum et 12 pers. Maximum

 **Coût pédagogique**  
1 750 € nets de taxes

 **Intervenants**  
Delphine DEMAREZ – Carlos CONDESSA - Anthony MERLIERE

## Objectifs pédagogiques

Exercer efficacement ses attributions économiques  
Lire et interpréter les comptes d'une entreprise  
Se positionner en véritable interlocuteur auprès de la direction  
Informers les salariés de la santé financière de l'entreprise

## Méthodes pédagogiques

Echanges basés sur des apports théoriques, juridiques et pratiques  
Etude de cas pratiques, mises en situation

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation

Ressources humaines et relations sociales

# Référent CSE : Lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes



## Contenu :

Représentations et réalités du harcèlement sexuel au travail

Quels rôles dans l'entreprise ?

Prévenir et réagir en situation

Accueillir et accompagner un salarié victime ou témoin

Synthèse

Travail d'intersession (optionnel) – 0.5 jour

- > Retour d'expériences et de situations rencontrées
- > Echanges / analyses / conseils
- > Validation / ancrages
- > Approfondissements

[Cliquez ici pour consulter le programme détaillé de la formation](#)



### Public

Membres du CSE, Référents CSE « Lutte contre le HSAS »



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

5 juin 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 5 mai 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenante

Morgane CANTRELLE

## Objectifs pédagogiques

Distinguer le harcèlement sexuel et les agissements sexistes d'autres comportements, dans ses manifestations, causes et conséquences  
Identifier les leviers du CSE pour contribuer à la prévention du harcèlement sexuel et des agissements sexistes au travail  
Connaître les principes à respecter pour recueillir la parole des témoins et victimes et les accompagner dans leurs démarches

## Méthodes pédagogiques

Echanges basés sur des apports théoriques et pratiques  
Etude d'un cas pratique en entreprise  
Synthèse des bonnes pratiques

## Modalités d'évaluation

Quiz, exercices, étude de cas pour validation des acquis de la formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



### Indicateur de résultats

3 groupes en intra en 2022 et 2023 – 15 personnes formées  
100% des stagiaires sont très satisfaits et satisfaits de la formation  
2 groupes en inter en 2024 – 6 personnes formées

# Réussir les Négociations Annuelles Obligatoires (NAO)

## Contenu :

### Préparer les NAO : réglementation et enjeux

- > Clarifier la place de chaque participant : employeur, organisations syndicales et délégations syndicales
- > S'approprier les grandes étapes des NAO et les planifications dédiées
- > Valider les éléments à fixer lors de la 1ère réunion

### Dérouler chaque étape de la NAO : les clés juridiques de réussite

- > Quels thèmes négocier dans l'entreprise ?
- > Comment procéder à l'ouverture des NAO : l'appel à négocier par l'employeur ou par un DS
- > Amorcer le dialogue avec les syndicats
- > Négociations annuelles, triennales : Maîtriser les thèmes à aborder par « bloc » (suite à la loi Rebsamen)
- > Connaître les documents obligatoirement remis par l'employeur aux organisations syndicales

### Négocier chaque thématique en toute sécurité

- > Veiller au bon déroulement des négociations
- > Conclure les négociations par un accord ou un échec

[Cliquez ici pour consulter le programme détaillé de la formation](#) 



#### Public

Managers, RRH, DRH, personne en charge de la négociation



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

1 jour, soit 7 heures



#### Dates et lieux

4 juin 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 4 mai 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



#### Intervenante

Delphine DEMAREZ

### Objectifs pédagogiques

S'approprier la méthode de préparation de la négociation annuelle obligatoire (NAO)

Construire sa NAO pour aboutir à la conclusion d'un accord

Maîtriser les thématiques abordées lors des négociations

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Echanges entre les stagiaires et l'intervenante

Exercice en groupe sur un projet d'accord collectif

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Réussir vos recrutements

## Contenu :

Quels sont les enjeux du recrutement ?

Comment piloter le recrutement en mode projet / Les étapes ?

Quelles sont les différentes phases de l'entretien ?

Quelles techniques d'entretien utiliser ?

Quels sont les temps forts de l'entretien ?

Comment organiser sa prise de décision ?

Quel plan d'actions personnel mettre en place ?

[Cliquez ici pour consulter le programme détaillé de la formation](#) 



### Public

Directeurs, chargés de recrutement, responsables des ressources humaines



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

8-9 octobre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 8 septembre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Delphine DEMAREZ

## Objectifs pédagogiques

Définir sa stratégie de recherche des candidats

Mener un entretien de recrutement structuré

Assimiler les techniques de questionnement et reformulation

Savoir objectiver ses décisions de recrutement

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques

Mises en situation

Elaboration d'une grille d'évaluation et d'un compte rendu type d'entretien

## Modalités d'évaluation

**En cours de formation :**

> Rédaction d'un plan de recrutement avec un rétro planning

> Mise en situations et jeux de rôles (écoute active, la reformulation, présentation de l'entreprise et des objectifs)

> Elaboration d'une grille d'analyse de recrutement sur des critères objectifs et partagés

**En fin de formation :** grille d'évaluation finale

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Ressources humaines et relations sociales

# Bien utiliser les réseaux sociaux pour recruter

## Contenu :

### Les différents réseaux sociaux pour recruter (avantages et inconvénients)

- > Les grandes familles de réseaux
- > La stratégie de positionnement de l'entreprise en fonction du poste recherché
- > Veille et outils
- > Cibler les candidats sur les réseaux

### Offre d'emploi en ligne

- > Visibilité sur LinkedIn ou sur Viadeo
- > Diffuser des annonces gratuitement : Facebook, Twitter, Pinterest, Le bon coin...
- > Les règles et obligations légales



#### Public

Personne en charge des recrutements



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

1 jour, soit 7 heures



#### Dates et lieux

22 mai 2026 à Niort ou à Bordeaux

Date limite d'inscription : 22 avril 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



#### Intervenante

Dorothee Jarry Rousselle

### Objectifs pédagogiques

Connaître l'environnement et les outils relatifs au recrutement sur Internet

Utiliser les ressources pour recruter sur Internet

Identifier les étapes du recrutement sur Internet

### Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique

Mise en situation écrite

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Recruter les publics issus de la diversité



## Contenu :

### Un recrutement diversifié, de quoi parle-t-on ?

- > Définir les différents concepts
- > Prendre conscience de l'impact de nos préjugés sur nos pratiques de recrutement des publics issus de la diversité
- > Identifier vos processus de recrutement pour réaliser un état des lieux des pratiques et des outils existants

### Le sourcing : accroître la diversité dans vos recrutements

- > Recensez les canaux de sourcing utilisés actuellement et repérer les canaux sous-exploités jusqu'à présent
- > Apprendre à diversifier son sourcing et développer le maillage territorial
- > S'informer sur les différentes méthodes de recrutement existant

### Comment promouvoir la diversité en fonction des outils du process de recrutement ?

- > Analyser le besoin avec l'ensemble des managers
- > Rédiger une offre d'emploi et définir les critères objectifs de recrutement
- > Présélectionner les candidats- lecture du CV sans préjugés
- > Préparer les entretiens de recrutement : identifier les questions pouvant être posées et celles à ne pas poser lors d'un entretien
- > Finaliser la sélection et notifier le refus

### Développer une marque employeur

- > Identifier les conséquences d'un bon ou d'un mauvais recrutement pour et sur l'entreprise
- > Comprendre pourquoi une stratégie de la diversité est un levier pour les entreprises
- > Développer la communication sur la diversité pour attirer des candidats issus de la diversité



#### Public

Personne en charge des recrutements



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

4 demi-journées non consécutives, soit 14 heures



#### Dates et lieux

2-16 octobre matin et 4-20 novembre matin 2026 en distanciel  
Date limite d'inscription : 2 septembre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Touatia DERGHAM

### Objectifs pédagogiques

Définir ce qu'est un recrutement diversifié et identifier en quoi la stratégie de recrutement axée sur la diversité est importante  
Privilégier une offre d'emploi ciblée candidat  
Élargir ses viviers de candidature  
Repenser son processus de sélection pour éliminer stéréotypes et préjugés  
Faire adhérer le manager au choix d'un profil atypique  
Valoriser la diversité pour sa marque employeur

### Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et de mises en situation  
Études de cas  
Ateliers de partage de bonnes pratiques  
Sondages en amont et pendant la formation

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Paie : maîtriser les techniques et méthodes de calcul (niveau 1)

## Contenu :

### Déchiffrer le bulletin de paie :

#### Analyser le contenu du bulletin de paie

- > Les cinq zones du bulletin de paie
- > Bulletin de paie simplifié

#### Analyser les annexes

- > Annexes obligatoires au bulletin de paie

#### Appliquer le processus de paie : de la saisie des éléments variables au virement

##### Déterminer le salaire brut

- > SMIC et salaires conventionnels
- > Salaires complémentaires
- > Majorations de salaire
- > Indemnités diverses
- > Traitement des absences

#### Calculer les cotisations sociales afin de passer du salaire brut au salaire net

- > Distinguer le brut fiscal, le brut social, le brut abattu
- > Éléments composant l'assiette des cotisations
- > Caisses, taux, bases, tranches et plafonds propres à chaque régime
- > Réduction et exonération de cotisations
- > Mise en œuvre du prélèvement à la source (PAS)

#### Définir le processus de virement des salaires et le paiement des cotisations sociales

- > Obligations en matière de paiement
- > Déterminer la période de versement des salaires en fonction de la nature du contrat de travail
- > Période de versement des cotisations sociales propre à chaque caisse
- > Erreurs et réclamations

#### Gérer la déclaration sociale nominative (DSN) Effectuer la DSN)

- > Les différentes déclarations remplacées par la DSN
- > A quelle fréquence établir la DSN ?



#### Public

Personnes en charge des RH, RRH, assistant RH



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

21-22 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 21 avril 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Anthony MERLIERE

### Objectifs pédagogiques

Déchiffrer le bulletin de paie

Appliquer le processus de paie : de la saisie des éléments variables au virement

Gérer la déclaration sociale nominative (DSN)

### Méthodes pédagogiques

Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences  
Acquisition des compétences opérationnelles par la pratique et l'expérimentation

Apprentissage collaboratif lors des moments synchrones

Parcours d'apprentissage en plusieurs temps pour permettre engagement, apprentissage et transfert

Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Paie : contrôler et sécuriser ses méthodes de calcul (niveau 2)



## Contenu :

### Etablir la rémunération selon le temps de travail

- > Traiter les modalités du forfait et des temps assimilés ou non à du travail effectif
- > Calculer les exonérations sociales et fiscales des heures supplémentaires et complémentaires
- > Traiter le cas des repos compensateurs et compte épargne-temps
- > Traiter les cas spécifiques

### Mettre en œuvre de manière fiable la paie des salariés absents

- > Calculer les éléments relatifs aux congés payés
- > Préciser la paie des autres congés
- > Calculer les éléments paies relatifs à un arrêt de travail : maladie, accidents du travail, maternité, paternité et accueil de l'enfant

### Décomposer le calcul des cotisations sociales

- > Déterminer le brut social, le brut abattu, le brut fiscal

### Résoudre les difficultés liées aux opérations de fin de paie

- > Calculer les indemnités de départ
- > Traiter l'application du prélèvement à la source (PAS) de l'impôt sur le revenu
- > Traiter les retenues au profit des créanciers du salarié
- > Traiter les acomptes, avances, prêts



#### Public

Personnes en charge des RH, RRH, assistant RH



#### Prérequis

Avoir suivi la formation Paie (niveau 1) ou équivalent



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

12-13 novembre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 12 octobre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Anthony MERLIERE

## Objectifs pédagogiques

Etablir la rémunération selon le temps de travail

Mettre en œuvre de manière fiable la paie des salariés absents

Décomposer le calcul des cotisations sociales

Résoudre les difficultés liées aux opérations de fin de paie

## Méthodes pédagogiques

Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences

Acquisition des compétences opérationnelles par la pratique et l'expérimentation

Apprentissage collaboratif lors des moments synchrones

Parcours d'apprentissage en plusieurs temps pour permettre engagement, apprentissage et transfert

Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Bien préparer sa retraite

## Contenu :

### Préparer sa liquidation de retraite

Les conditions d'ouverture du droit à la retraite :  
retraite du régime général et retraite complémentaire  
ARRCO/AGIRC, IRCANTEC : les différents  
régimes de retraite

Demander sa retraite : les conditions de liquidation  
en pratique

### Mieux connaître ses droits

L'Assurance Retraite en France : comment ça marche ?  
> Principes généraux et règles de base

### Calcul de la retraite :

- > Durée de service,
- > Durée d'assurance,
- > Age d'ouverture des droits

### Règles liées à la réversion

Faire valoir ses droits : quelles démarches ?

Possibilité de cumul Emploi Retraite

### Optimiser sa retraite : Patrimoine et Succession

#### Les éléments d'un patrimoine

- > L'immobilier et les valeurs mobilières
- > Les notions de propriété (biens propres, biens communs, régimes matrimoniaux)
- > L'optimisation financière et fiscale

#### L'anticipation de ma succession

- > La fiscalité successorale
- > Les donations, les démembrements

#### L'assurance vie



#### Public

Tout collaborateur concerné par une proche cessation d'activité professionnelle



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

18-19 juin 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 18 mai 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. Maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenant

Anthony MERLIERE

### Objectifs pédagogiques

Aborder la retraite avec plus de quiétude  
Connaître les formalités pratiques à accomplir avant de partir à la retraite  
Mettre en œuvre les procédures de liquidation en tenant compte des dernières dispositions réglementaires  
Préparer sa liquidation de retraite : conditions d'ouverture du droit et demande

### Méthodes pédagogiques

Alternance de savoirs descendants à l'aide de supports théoriques ou juridiques, et phases actives à travers notamment des exercices d'application se basant sur les expériences des stagiaires  
Powerpoint animé – Echanges sous forme de questions / réponses

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation





## Formations

# Prévention - Santé Sécurité

- > Réaliser votre Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP)
- > Pour gagner en performance collective : prévenir les RPS et améliorer la QVCT
- > Prévenir le harcèlement moral au travail
- > Prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes
- > Gestes et postures : prendre soin de sa santé physique au travail
- > Prévenir les risques de chutes de plain-pied
- > Hygiène et entretien des locaux
- > La pré-imprégnation
- > La connaissance des produits de nettoyage
- > Le Bionettoyage des locaux en Etablissement Médico-Social
- > Certibiocide «Désinfectants» **NOUVEAU**
- > Sensibiliser à la santé environnementale
- > Sensibiliser aux écogestes au bureau
- > Premiers Secours en Santé Mentale
- > Accueillir les enfants en situation de handicap sur les temps périscolaires
- > Le yoga et la relaxation pour les tout petits (0 à 3 ans)

# Mettre à jour votre Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels (DUERP)



## Contenu :

Pourquoi évaluer les risques professionnels ?

Méthodologique d'évaluation des risques

Construction du Document Unique

OPTION : Accompagnement opérationnel à la mise en œuvre ou au renouvellement de votre DUERP

[Cliquez ici pour consulter le programme détaillé de la formation](#)



### Public

Personne en charge de la réalisation du DUERP



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

5 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 7 avril 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenants

Delphine DEMAREZ ou Paul PASQUINI

## Objectifs pédagogiques

Identifier et évaluer les risques de l'entreprise

Réaliser le Document Unique

Formaliser le plan de prévention des risques

## Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Echanges d'expériences et conseils pratiques pour maîtriser l'élaboration du DUERP

Exercices en sous-groupes sur un DU

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Pour gagner en performance collective : prévenir les RPS et améliorer la QVCT



## Contenu :

### RPS et QVCT : en définir les contours pour agir au quotidien

- > Le cadre réglementaire de la prévention des RPS et les thèmes abordés dans une démarche QVCT
- > Le stress et ses conséquences pour l'individu comme pour l'entreprise
- > Le syndrome d'épuisement professionnel
- > Le harcèlement moral ou sexuel
- > Les violences du quotidien
- > Les conditions de travail et le contenu du travail
- > Une démarche collaborative au service du collectif de travail

### A l'égard des RPS et de la QVCT, situer sa mission, son rôle et son positionnement dans l'organisation

- > Mieux se connaître pour agir avec plus d'efficacité et améliorer les conditions de travail
- > Cerner les missions, les rôles à jouer, les contributions, les résultats à atteindre
- > Repérer et analyser les besoins et les attentes de l'entreprise, des membres de l'équipe
- > Identifier les compétences techniques et relationnelles à mettre en œuvre

### Développer sa boîte à outils en fonction de sa personnalité et de ses besoins

- > Conduire des entretiens délicats
- > Développer ses observations à partir de grilles critériées
- > Soutenir les demandes d'aide en gardant une posture professionnelle adéquate

### Construire et mettre en œuvre des plans d'actions opérationnels

- > Formuler la ou les problématiques
- > Analyser les différentes composantes de chaque problématique et les situer les unes par rapport aux autres
- > Conduire une réflexion sur sa pratique quotidienne



#### Public

Dirigeants, managers



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

12-13 mai 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 13 avril 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Jeanne DESBIENS

### Objectifs pédagogiques

Identifier l'impact des conditions de travail sur les performances individuelles et collectives de l'entreprise  
Caractériser les RPS dans l'environnement de travail pour agir en tant que « manager-préventeur »  
Analyser sa pratique managériale et ses incidences sur le climat de travail (RPS et la QVCT)

### Méthodes pédagogiques

Réflexion sur le thème (prise de recul et prise de conscience, auto-diagnostic...) à partir de situations vécues  
Apports théoriques ciblés  
Mises en situation, jeux de rôle, réflexions en sous-groupes  
Exercices de mises en pratiques des outils proposés (analyser des situations réelles)

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation  
Plan d'action individuel formalisé pour traduire les apports en actions concrètes dans son management  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Prévenir le harcèlement moral au travail



## Contenu :

### De quoi parle t'on quand on parle de harcèlement ?

- > Etat des lieux : travail sur les représentations, échanges
- > Quiz : jeu de questions-réponses
- > Synthèse du formateur et présentation d'apports juridiques
- > Définitions des différentes formes de harcèlement
- > Les responsabilités et obligations de l'employeur
- > Les droits et les recours pour les victimes, les sanctions pour les auteurs

### Prévenir et gérer les situations de harcèlement

- > Travail en sous-groupes
  - > Les indicateurs de situation de harcèlement
  - > Les mesures en matière de prévention, les outils de communication
  - > Les modalités d'intervention selon chaque fonction : employeur, membre du CSE...
- > Retours en grand groupe : échanges, débat
- > Ce que dit la loi : synthèse du formateur
  - > Ce que l'on peut faire, comment, avec qui, les instances à contacter



#### Public

Managers, référents, direction, membres du CSE



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

1 jour, soit 7 heures



#### Dates et lieux

3 avril 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 2 mars 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



#### Intervenant

Dominique DUMONT

### Objectifs pédagogiques

Identifier les différentes situations de harcèlement dans un cadre professionnel

Connaître le cadre juridique et les obligations de chacun face à des situations de harcèlement

Réagir selon la loi dans des situations de harcèlement

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques

Exercices et travaux de groupe et de sous-groupes

Exemples de cas concrets

Fiches supports pédagogiques

### Modalités d'évaluation

Questionnaire écrit en fin de formation pour validation des acquis

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



Prévention – Santé – Sécurité

# Prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes



## Contenu :

**Rappel : notions juridiques et approfondissements ; quelques chiffres**

Réalité du harcèlement et représentation

Comment agir ?

La stratégie de l'agresseur

Accueillir un collaborateur victime ou témoin

**Travail d'intersession (optionnel) 0,5 jour**

- > Retour d'expériences et de situations rencontrées
- > Echanges / analyse / conseils
- > Validation / ancrages
- > Approfondissements

[Cliquez ici pour consulter le programme détaillé de la formation](#) 



### Public

Managers, membres du CSE, service RH



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

17 septembre 2026 à Bordeaux  
Date limite d'inscription : 17 août 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenante

Morgane CANTRELLE

## Objectifs pédagogiques

Distinguer le harcèlement sexuel et les agissements sexistes d'autres comportements, dans ses manifestations, causes et conséquences  
Connaître les obligations de l'employeur et les prérogatives du CSE en matière de lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes  
Identifier les bonnes pratiques pour prévenir le harcèlement sexuel et les agissements sexistes, réagir en situation, et assurer la sécurité au travail

## Méthodes pédagogiques

Echanges basés sur des apports théoriques et pratiques  
Etude d'un cas pratique en entreprise  
Synthèse des bonnes pratiques

## Modalités d'évaluation

Quiz, exercices, étude de cas pour validation des acquis de la formation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Gestes et postures : prendre soin de sa santé physique au travail



## Contenu :

### Définitions de base (risque, AT, MP, TMS, pénibilité, manutention, transport manuel...)

- > Statistiques
- > Conséquences pour le salarié et l'entreprise

### Fonctionnement de la mécanique humaine

### La place de l'activité physique : caractérisation (gestes, postures, efforts, charges...)

- > Notions élémentaires d'anatomie et physiologie
- > Les facteurs aggravants

### Les principales lésions relatives au disque intervertébral

### Identification des facteurs de risques

### Les principes généraux de prévention

### Observation et analyse d'une situation de travail (position assise, debout, travail dynamique...)

### Propositions d'améliorations afin d'éviter ou de réduire les risques



#### Public

Tout salarié souhaitant améliorer sa capacité à prévenir les risques liés à l'activité physique et à proposer des pistes d'améliorations en termes d'aménagements techniques et organisationnels



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

8-9 octobre 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 8 septembre 2026



#### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenants

Emmanuelle CEFFA ou Charles HASSANI MOUSTOIFA

### Objectifs pédagogiques

Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail  
Situer l'importance des atteintes à la santé (AT/MP) liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise  
Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain  
Détecter les risques d'atteintes à sa santé et les mettre en lien avec les éléments déterminant son activité physique  
Proposer des améliorations de sa situation de travail à partir des déterminants identifiés, participer à leur mise en œuvre et à leur évaluation

### Méthodes pédagogiques

Utilisation d'exercices vidéo ludiques avec le logiciel « Garodos », Mises en situation, questions-réponses

### Modalités d'évaluation

Quiz écrit en fin de formation pour validation des acquis  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Prévenir les risques de chutes de plain-pied



## Contenu :

### Enjeux de la prévention

Un risque souvent sous-estimé, pourtant des accidents plus fréquents qu'on ne le pense  
> Quelques chiffres clés (comparaison secteur)

### Qu'entend-on par chute de plain-pied ?

### Quelques définitions

> Glissades, faux pas, trébuchements et autres pertes d'équilibre

**Les chutes et glissades de plain-pied représentent un risque auquel chacun peut être confronté**

**Identifier les risques liés aux déplacements à pied sur le lieu de travail**

**Lister les risques dans ses activités**

**Définition du danger, du risque**

> Le mécanisme d'apparition du dommage

**Le cadre réglementaire lié aux déplacements : rappel points clés**

**Les responsabilités respectives des employeurs et des salariés : messages clés**

> Articles Code du travail  
> Principes généraux de prévention applicables à tous les acteurs

**Mise en pratique : exemples sur quelques situations constatées et issus du quotidien**

> Réfléchir sur les causes d'accidents  
> Réfléchir sur les conséquences  
> Rôle et coordination des acteurs pour prévenir les risques  
> Analyser les situations de travail et mettre en place des actions correctives pour prévenir les chutes de plain-pied



### Public

Tout public



### Prérequis

Aucun



### Durée

0,5 jour, soit 3 heures 30



### Dates et lieux

2 novembre 2026 matin à Niort  
Date limite d'inscription : 2 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum et 10 personnes maximum



### Coût pédagogique

195 € nets de taxes



### Intervenante

Emmanuelle CEFFA

## Objectifs pédagogiques

Développer une culture de la prévention  
Connaître les différents types d'accidents de plain-pied dans son activité et leurs conséquences  
Identifier les facteurs de risque à l'origine des accidents, les mesures de prévention : mettre en place des actions correctives

## Méthodes pédagogiques

Exposés théoriques  
Discussions, échanges d'expérience, exercices en sous-groupes  
Etudes de cas

## Modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement en début de formation  
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation (étude de cas)  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Hygiène et entretien des locaux

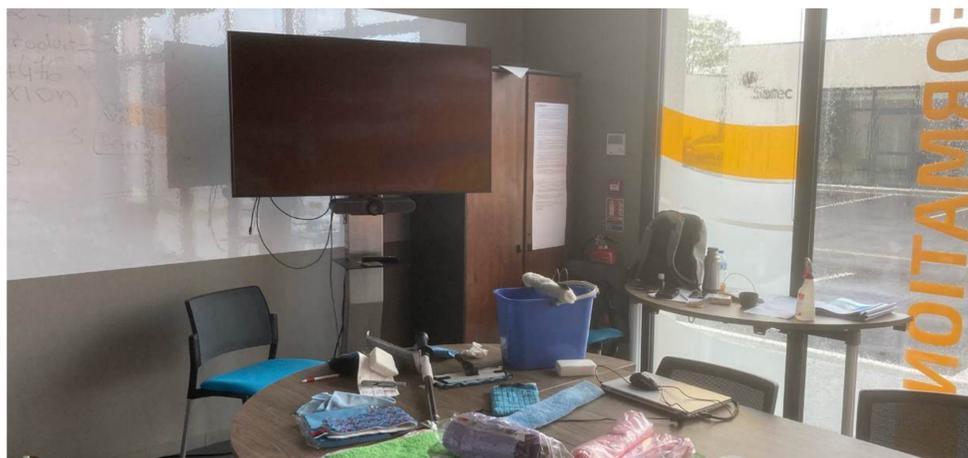
## Contenu :

### Partie théorique

- > Les différences entre l'hygiène et le nettoyage
  - > L'hygiène
  - > Le nettoyage
  - > Les éléments de sécurité
- > Conséquences sur la nature du travail à effectuer et sur les techniques à mettre en œuvre
- > Distinguer les différents produits, leurs conditions et risques d'utilisation, leur dosage
- > Adapter les différentes techniques d'entretien aux différents types de sol et matériels

### Partie pratique

- > Mises en situation
- > Mise en application des techniques
  - > Discussion sur les possibilités d'organisation et planification des périodicités à mettre en œuvre pour le respect maximal des règles d'hygiène
- > Evaluation des connaissances acquises
  - > Test individuel



### Public

Personnel assurant l'entretien de locaux collectifs : crèches, écoles, restaurants scolaires ou collectifs, gymnases, locaux techniques, bâtiments administratifs...



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

11-12 juin 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 11 mai 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Florent DAUMONT

### Objectifs pédagogiques

Acquérir les règles de base en matière d'hygiène et de nettoyage professionnel

Comprendre et maîtriser les différents aspects techniques du métier

Améliorer l'organisation du travail pour une plus grande efficacité

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques de base illustrés d'exemples issus de la pratique des participants

Etude de cas pratiques et mises en situation

Exercices d'intégration adaptés

### Modalités d'évaluation

Quiz écrit en fin de formation pour validation des acquis

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# La pré-imprégnation

## Contenu :

### Partie théorique – Présentation de la technique de nettoyage par pré-imprégnation

- > Les mops et la technologie microfibre, c'est quoi ?
- > Les avantages de la méthode
- > Est-ce compatible avec mon site ?
- > Quelle mop pour quel sol ?
- > Le matériel associé aux nouvelles techniques

### Partie pratique (démonstration du formateur)

- > Présentation des différentes mops
- > La préparation des mops, la pré imprégnation
- > Le déploiement
- > Le nouveau mode opératoire dans les parties communes
- > Les différentes solutions de nettoyage des mops

### Partie pratique, les stagiaires seront observés à travers des exercices

- > De pré-imprégnation
- > Réglage et optimisation du matériel
- > Focus sur les bonnes postures liées à ces nouvelles techniques



### Public

Personnel assurant l'entretien de locaux collectifs : crèches, écoles, restaurants scolaires ou collectifs, gymnases, locaux techniques, bâtiments administratifs...



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

16 septembre 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 17 août 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenant

Florent DAUMONT

### Objectifs pédagogiques

Connaître les techniques de nettoyage par pré-imprégnation

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et pratiques  
Démonstration et mises en pratique  
Echanges entre les stagiaires et l'intervenant

### Modalités d'évaluation

Quiz en fin de formation pour validation des acquis  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# La connaissance des produits de nettoyage



## Contenu :

### L'échelle de pH

#### Les grandes familles de produits

#### Classer les produits selon l'échelle de pH

- > Les différents produits acides et leurs utilisations
- > Les différents produits basiques et leurs utilisations
- > Les différents produits neutres et leurs utilisations
- > Les solvants et les produits chlorés

### Qu'est ce que le titre hydrométrique (TH)

- > L'action des séquestrants

### Utiliser les différents produits en fonction des modes d'emplois

- > Les produits d'entretien journalier
- > Les produits de remise en état

### La désinfection

- > Les différents désinfectants

### La notion de développement durable

- > Les écho labels
- > Les différents produits : bio, écologiques, vert...

### Le dosage

#### Utiliser les appareils de dosage

### Qu'est-ce que la détergence ?

#### Les différentes propriétés de l'eau et d'un tensio-actif

#### Le cercle de SINNER

#### L'influence de la température

### Appliquer les règles de sécurité des produits

- > Le reconditionnement
- > L'étiquetage fonctionnel
- > Les sigles de sécurité, les règles de sécurité et l'étiquetage CLP

### Les équipements de protection

- > EPI et EPC

### Le stockage

- > Les règles de stockage liées à la sécurité

### Identifier les différents types de salissure

#### Appréhender le choix d'un produit en fonction du type de salissure et de revêtement

- > Les différents désinfectants



### Public

Personnel assurant l'entretien de locaux collectifs : crèches, écoles, restaurants scolaires ou collectifs, gymnases, locaux techniques, bâtiments administratifs...



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

12 octobre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 14 septembre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenant

Florent DAUMONT

## Objectifs pédagogiques

Utiliser correctement et efficacement les produits de nettoyage en toute sécurité

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'exposés interactifs et de mises en pratique, pédagogie active

Vidéos, diaporama

## Modalités d'évaluation

En cours de formation par le biais de questions individuelles et d'exercices pratiques

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Le Bionettoyage des locaux en Etablissement Médico-Social

Ce programme de deux jours est destiné pour des néophytes ou des agents formés. Nous proposons également un programme de 7h pour des agents expérimentés dans le cadre d'une remise à niveau ou d'un recyclage.

## Contenu :

### Jour 1 :

#### Fondamentaux et techniques de base

##### Cadre général et enjeux

- > Importance du bionettoyage en EMS : prévention des infections, hygiène des lieux de vie
- > Définitions clés : bionettoyage, désinfection, détergence, biofilm, zones à risque
- > Rôle des EPI et des produits d'entretien

##### Transmission microbienne et lutte contre les infections

- > Modes de transmission des micro-organismes
- > Dispositifs de lutte contre les infections associées aux soins

##### Choix et utilisation des produits d'entretien

- > Critères de sélection : détergents, détergents-désinfectants, détartrants, désinfectants chlorés
- > Précautions d'emploi : dilution, temps de contact, alternatives durables (vinaigre blanc, microfibres)

##### Organisation du travail et zonage des risques

- > Adaptation des protocoles selon les zones (risque faible, modéré, élevé)
- > Méthode de pré-imprégnation : préparation des lavettes et bandeaux

##### Entretien des surfaces hautes

- > Dépoussiérage humide : utilisation des lavettes microfibres
- > Nettoyage des vitres et miroirs : méthodes traditionnelles et durables

### Entretien des surfaces humides

- > Nettoyage des lavabos, éviers, douches et WC
- > Adaptation des produits en fonction de la dureté de l'eau
- > Atelier pratique : Nettoyage d'un lavabo et d'un WC

### Jour 2 :

#### Techniques avancées, traçabilité et évaluation

##### Entretien des sols

- > Dépoussiérage manuel et aspiration : balai trapèze et aspirateur HEPA
- > Lavage manuel des sols : balai à plat et bandeaux microfibres
- > Nettoyage mécanisé : autolaveuse et monobrosse

##### Protocoles spécifiques et situations à risque

- > Détartrage et désinfection des robinetteries (pompeaux de douche, mousseurs)
- > Entretien des bondes et bouches de VMC
- > Gestion des précautions complémentaires (Clostridium difficile, gale, gastro-entérite)

##### Traçabilité et contrôle qualité

- > Outils de traçabilité : fiches d'entretien, grilles d'évaluation
- > Contrôle visuel de la qualité de l'entretien

##### Sécurité et développement durable

- > Protection du personnel : port des EPI, gestion des produits chimiques
- > Pratiques durables : réduction des produits chimiques, nettoyage vapeur
- > Discussion : Intégration de ces pratiques dans son EMS



### Public

Agent de service et chef d'équipe



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours, soit 14 heures



### Dates et lieux

13 et 14 octobre 2026 à Paris

Date limite d'inscription : 14 septembre 2026



### Nombre de stagiaires

4 pers. minimum et 12 pers. maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenant

Florent DAUMONT

## Objectifs pédagogiques

Assurer l'entretien des locaux conformément aux bonnes pratiques d'hygiène

Mettre en œuvre les techniques préconisées

Respecter les règles d'hygiène et de sécurité pour adapter ses comportements

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'exposés interactifs et de mises en pratique, pédagogie active

Vidéos, diaporama...

## Modalités d'évaluation

En cours de formation par le biais de questions individuelles et d'exercices pratiques

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



**NOUVEAU**

Prévention – Santé – Sécurité

## Certibiocide « Désinfectants »

Cohérences est habilité par le Ministère de la Transition Écologique et de la Transition des Territoires pour dispenser la formation.



### Contenu :

#### Accueil

- > Rappel des démarches administratives pour l'obtention du Certibiocide – spécialité Désinfectants
- > Questionnaire de positionnement

#### Le cadre légal concernant l'utilisation des produits biocides

- > Identifier les produits biocides
- > Adopter les pratiques conformes à la réglementation pour l'emploi et le stockage sécurisé des produits biocides
- > Analyser les spécificités du certificat Certibiocide « Désinfectants »
- > Exploiter la documentation réglementaire

#### Rechercher des alternatives visant à limiter le recours aux désinfectants

- > Clarifier les principes fondamentaux de l'hygiène et leur portée
- > Reconnaître les principales maladies communautaires ainsi que leurs symptômes caractéristiques
- > Sélectionner le désinfectant conforme aux besoins
- > Identifier des alternatives aux désinfectants
- > Proposer une désinfection raisonnée

#### Mettre en œuvre les mesures de prévention visant à protéger la santé

- > Évaluer les expositions directes et indirectes
- > Mettre en œuvre les mesures générales de prévention des risques chimiques
- > Identifier les dangers associés à l'usage des désinfectants

- > Repérer les facteurs facilitant la pénétration dans l'organisme
- > Identifier les groupes de population particulièrement vulnérables
- > Appliquer les actions appropriées en cas d'accident

#### Déployer les mesures de prévention des risques environnementaux

- > Reconnaître les risques environnementaux des produits biocides
- > Mise en place d'actions de prévention adaptées
- > Assimiler les normes et obligations légales relatives à la gestion des déchets
- > Assurer la gestion efficace des déchets

#### Évaluation certificative

- > Test final : QCM de 30 questions en vue de l'obtention du certificat

*Les modalités, le contenu de la formation ainsi que les conditions de certification sont établis conformément à l'Arrêté du 23 janvier 2023 modifiant l'Arrêté du 9 octobre 2013 relatif aux conditions d'exercice de l'activité d'utilisateur professionnel et de distributeur de certains types de produits biocides.*



#### Public

Toute personnes décideurs, distributeurs, acheteurs et utilisateurs professionnels de produits biocides professionnels



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

1 jour, soit 7 heures



#### Dates et lieux

22 janvier 2026 à Paris  
Date limite d'inscription : 22 décembre 2025  
Autres dates et modalités - Nous contacter



#### Nombre de stagiaires

6 personnes minimum - 15 personnes maximum



#### Coût pédagogique

200 € nets de taxes  
Financement éligible au CPF



#### Intervenant

Florent DAUMONT  
Formateur bio-nettoyage, pédagogue et expérimenté

### Objectifs pédagogiques

Respecter le cadre légal encadrant l'utilisation des produits biocides  
Déployer les mesures préventives visant à protéger la santé humaine et préserver l'environnement  
Favoriser des pratiques permettant de réduire le recours aux désinfectants

### Méthodes pédagogiques

Alternance d'exposés interactifs et de mises en pratique, pédagogie active  
Vidéos, diaporama...

### Modalités d'évaluation

Test d'auto-positionnement adressé avant et après la formation  
QCM de 30 questions  
L'obtention de la certification requiert une note minimale de 20/30. Si le participant échoue à l'évaluation, il devra suivre une session de formation supplémentaire d'une durée de deux heures. La délivrance du certificat est conditionnée à la présence complète du candidat tout au long de la formation.

Certificat valable 5 ans



# Sensibiliser à la santé environnementale



## Contenu :

**Définition de la santé environnementale**

**Les facteurs de risques de notre environnement**

**Les voies d'exposition aux facteurs environnementaux et mécanismes d'action sur la santé**

**Sources des polluants via l'alimentation, les cosmétiques et produits d'hygiène, la qualité de l'air intérieur, les produits, les labels, les pictogrammes de danger**

**Quelles sont les actions possibles pour limiter son impact sur l'environnement et son exposition aux polluants ?**

**Exercices et ateliers pratiques**



### Public

Tout public



### Prérequis

Aucun



### Durée

1 jour, soit 7 heures



### Dates et lieux

22 avril 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 23 mars 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 10 personnes maximum



### Coût pédagogique

390 € nets de taxes



### Intervenante

Karine BARON

## Objectifs pédagogiques

Participer à l'amélioration de l'état de santé général de la population et de son environnement.

Mobiliser les équipes autour de ce sujet

- Expliquer les liens entre environnement et santé
- Repérer les risques environnementaux auxquels nous sommes exposés dans notre environnement
- Fournir des outils et des méthodes pour intégrer la santé environnementale dans notre quotidien
- S'outiller et mettre en place des actions simples

## Méthodes pédagogiques

- Présentations PowerPoint
- Exercices en sous-groupes – Atelier sur table
- Fiches pratiques
- Vidéos pédagogiques sur l'impact des actions écoresponsables
- Quiz interactifs en ligne

## Modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement en début de formation

Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation (étude de cas)

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Sensibiliser aux écogestes au bureau



## Contenu :

### Introduction

- > Les enjeux du développement durable
- > Le réchauffement climatique
- > Le développement durable en entreprise
- > Notre rôle comme acteur : l'entreprise a un rôle à jouer et les collaborateurs aussi

### Les écogestes en entreprise : diminuer l'impact éco-logique

- > La bureautique et les équipements • ordinateur, tablette, smartphone, imprimantes, photocopieurs, ...
- > Diminuer l'utilisation du papier
- > Gérer l'utilisation de l'internet : mails, recherche et stockage des données

### Et dans les locaux

- > Le chauffage
- > L'éclairage
- > Le confort d'été / la climatisation
- > La gestion de l'eau
- > La propreté, la gestion des lieux de vie communs
- > Le recyclage de matériaux tels que le verre, le plastique, ou le papier

### Et pour les déplacements

- > Transports alternatifs à la voiture individuelle
- > Covoiturage et autopartage
- > Sensibilisation au télétravail

### Conclusion : Les préconisations de l'entreprise

Engagement de la direction et du management

### Ateliers pratiques : identifier des actions éco-responsables applicables dans son poste

- > Co-construction d'une charte des écogestes pour l'entreprise
- > Mise en place d'un tableau de suivi des initiatives écologiques
- > Engagement personnel à appliquer au moins 3 écogestes
- > Distribution d'un guide pratique sur les écogestes au bureau

### Des affiches pour les espaces communs



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Durée**  
1 jour, soit 7 heures



**Dates et lieux**  
4 mai 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 3 avril 2026



**Nombre de stagiaires**  
4 personnes minimum - 10 personnes maximum



**Coût pédagogique**  
390 € nets de taxes



**Intervenante**  
Karine BARON

## Objectifs pédagogiques

Formation sur les écogestes au bureau : pour sensibiliser et motiver les professionnels à adopter des comportements respectueux de l'environnement au quotidien :

- Sensibiliser les employés aux enjeux environnementaux au travail
- Identifier les pratiques écoresponsables adaptées à l'environnement de bureau
- Fournir des outils et des méthodes pour réduire leur empreinte écologique au quotidien

## Méthodes pédagogiques

- Présentations PowerPoint
- Exercices en sous-groupes
- Fiches pratiques
- Vidéos pédagogiques sur l'impact des actions écoresponsables
- Quiz interactifs

## Modalités d'évaluation

Questionnaire de positionnement en début de formation  
Validation des objectifs pédagogiques par une évaluation de fin de formation (étude de cas)  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à chaud à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Premiers Secours en Santé Mentale



## Contenu :

### Introduction à la santé mentale et aux interventions

- > Santé mentale en France (facteurs de risque – statistiques – conséquences)
- > Interventions efficaces

### Introduction aux Premiers Secours en Santé Mentale

- > Premiers Secours en Santé Mentale
  - Cadre des premiers secours en santé mentale
  - Le plan d'action AERER
- > Présentation de la dépression
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Le plan d'action pour la dépression

- > Rappel de la dépression
  - Rappel de la dépression
  - Action 1 pour la dépression
  - Crise suicidaire : Présentation – Assister

### Les troubles anxieux

- > Présentation des troubles anxieux
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Le plan d'action pour les troubles anxieux

- > Rappel des troubles anxieux

- > Le plan d'action PSSM pour les troubles anxieux, attaques de paniques et chocs post-traumatique
  - Action 1 pour les troubles anxieux (hors crise)
  - Crise d'attaque de panique : Présentation – Assister
  - Crise après un évènement traumatique : Présentation - Assister

### Les troubles psychotiques

- > PSSM pour les troubles anxieux (suite)
- > Présentation des troubles psychotiques
  - Signes et symptômes
  - Interventions

### Le plan d'action pour les troubles psychotiques

- > Rappel des troubles anxieux
  - Action 1 pour les troubles psychotiques
  - Crise psychotique sévère : Présentation – Assister
  - Premiers Secours pour les troubles psychotiques (suite)

### L'utilisation des substances et le plan d'action

- > Présentation des troubles liés à l'utilisation de substances
  - Signes, symptômes
  - Interventions
- > Action 1 pour l'utilisation de substances
- > Crise liée à l'utilisation de substances
- > Crise d'agressivité
- > Urgence médicale
- > PSSM pour l'utilisation des substances (suite)

Clôture de la formation : retour sur les attentes, aspects administratifs (post-test, questionnaire de satisfaction...)



**Public**  
Tout public



**Prérequis**  
Aucun



**Durée**  
2 jours consécutifs, soit 14 heures



**Dates et lieux**  
17-18 juin 2026 à Niort  
Date limite d'inscription : 18 mai 2026



**Nombre de stagiaires**  
4 personnes minimum - 12 personnes maximum



**Coût pédagogique**  
780 € nets de taxes



**Intervenante**  
Audrey CALLEDE

## Objectifs pédagogiques

Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale  
Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale  
Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner des informations adaptées  
Mieux faire face aux comportements agressifs

## Méthodes pédagogiques

Une démarche pédagogique participative pour :

- Prendre confiance dans l'interaction avec des personnes éprouvant un problème de santé mentale ou en crise de santé mentale
- Revoir ses représentations concernant la santé mentale
- Renforcer l'aide apportée aux personnes en crise ou éprouvant un problème de santé mentale

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par un quiz et une mise en situation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Accueillir les enfants en situation de handicap sur les temps périscolaires (3 à 10 ans)



## Contenu :

### Le rôle de l'adulte dans le cadre de ses missions : savoir être et savoir faire

#### Développement du jeune enfant

- > Ce qu'en disent les neurosciences
- > Accompagner les émotions

#### Les représentations du handicap

- > Définition
- > L'inclusion
- > Le rôle des familles

#### Les différentes familles de handicap

- > Handicap moteur, sensoriel, handicap mental...
- > Les troubles du neurodéveloppement
- > Les troubles du comportement

#### Adapter l'environnement et ses pratiques pour accueillir avec bienveillance

- > L'enfant en croise et l'accueil des émotions
- > Présentations d'outils pour faciliter le bien-être de l'enfant : Timer, fidgets, espace de repli, pictogrammes...

#### La cohésion d'équipe pour améliorer l'inclusion



#### Public

Agents périscolaires



#### Prérequis

Aucun



#### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



#### Dates et lieux

23-24 avril 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 23 mars 2026



#### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



#### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



#### Intervenante

Gaëlle LUTTIAU

### Objectifs pédagogiques

Sensibiliser à la thématique du handicap  
Connaitre les différents types de handicap  
Adapter l'accueil selon les besoins de l'enfant  
Prendre en charge un enfant avec des troubles du comportement  
Communiquer avec les familles  
Travailler en équipe autour du handicap

### Méthodes pédagogiques

Apports théoriques illustrés d'exemples  
Analyse de cas concret dans le contexte du travail

### Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par un quiz et une mise en situation  
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation  
Attestation de formation et certificat de réalisation individuels délivrés après la formation



# Le yoga et la relaxation pour les tout petits (0 à 3 ans)



## Contenu :

**Retour sur le développement de l'enfant : les neurosciences**

**La relaxation et le yoga : les bienfaits**

**La relaxation pour les tout petits**

- > Se détendre avec les comptines
- > Se détendre avec les jeux sensoriels
- > Se détendre avec les jeux de contraste
- > Se détendre avec les étirements
- > Se détendre avec les massages
- > Se détendre avec la respiration

**Présentation d'une séance de relaxation**

**Travail en groupe : création d'une séance de relaxation en lien avec le développement de l'enfant**

**Le yoga pour les tout petits**

- > Mettre en place un projet « yoga » dans la structure
- > S'organiser : Où ? Qui ? Quand ? Avec quoi ?
- > Présentation d'outils et de matériel

**Présentation d'une séance de yoga**

**Travail en groupe : création d'une séance de yoga en lien avec l'âge et le développement de l'enfant**



### Public

Agents de crèche



### Prérequis

Aucun



### Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures



### Dates et lieux

25-26 novembre 2026 à Niort

Date limite d'inscription : 26 octobre 2026



### Nombre de stagiaires

4 personnes minimum - 12 personnes maximum



### Coût pédagogique

780 € nets de taxes



### Intervenante

Gaëlle LUTTIAU

## Objectifs pédagogiques

Comprendre le développement du jeune enfant pour adapter ses pratiques

Savoir proposer des temps de relaxation dans la structure

Savoir proposer des temps de yoga dans la structure

## Méthodes pédagogiques

Présentation d'outils

Mises en situation

Alternance d'apports théoriques, de jeux et de pratique

## Modalités d'évaluation

Validation des objectifs pédagogiques par un quiz et une mise en situation

Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Attestation de formation et certificat de réalisation individuels

délivrés après la formation



# Formation

Nous pouvons intervenir « sur mesure » dans votre structure sur des thèmes spécifiques (liste non exhaustive).

Et aussi,  
en intra-muros...

## Devenir acteur PRAP IBC

2 jours

- > Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise
- > Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- > Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention

## Sauveteur Secouriste du Travail (SST)

2 jours

- > Être capable d'intervenir efficacement face à une situation d'accident
- > Mettre en application ses compétences au profit de la santé et sécurité au travail dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention

## Habilitation électrique

2 jours

- > Développer un « état d'esprit » propre à assurer au mieux, et dans le respect de la réglementation, sa mission de sécurité
- > Acquérir des réflexes à développer ou à combattre en cas d'incidents
- > Apprendre à prévenir les dangers, à intervenir efficacement en cas d'incendie ou accident, à mettre en sécurité habitants, personnels ou visiteurs
- > Donner les consignes usuelles de sécurité et les règles de fonctionnement

## Sensibilisation à la sécurité incendie

1 jour

- > Connaître les notions élémentaires de propagation d'un incendie
- > Savoir choisir et utiliser judicieusement le moyen de lutte le plus approprié, maîtriser les procédures d'évacuation
- > Comprendre l'importance de la prévention dans la lutte contre l'incendie

## Gestion des biodéchets

0,5 jour

- > Connaître et comprendre le risque biologique, et appréhender les risques pour la santé
- > Connaître et comprendre les mesures de prévention liées, d'une part, à la circulation dans des zones à risque, puis d'autre part, à la gestion des déchets et des bio déchets
- > Savoir utiliser le produit de nettoyage et de désinfection des containers et savoir respecter les consignes du fabricant pour bien désinfecter
- > Appréhender les risques spécifiques liés à la gestion des bio déchets et leur prévention

# Conditions générales

## Délai

- > Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée.  
Nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible.

## Convocation

Elles sont envoyées 15 jours avant la date du stage, elles font mention :

- > Des dates et horaires de la formation
- > Du lieu précis : adresse et salle (plan d'accès)
- > De l'intitulé du stage et du nom de l'intervenant.

## Convention

- > Une convention de formation est établie pour chaque stage et envoyée à l'employeur, précisant l'ensemble des modalités et des informations nécessaires.

## Présence et attestation

- > Les stagiaires doivent quotidiennement signer la feuille d'émargement.
- > En fin de stage, une attestation est délivrée à chaque participant.

## Modalités de règlement

- > Le règlement s'effectue à l'issue de la formation sur présentation de la facture.
- > En cas d'abandon en cours du stage par un participant, l'intégralité du prix de la formation sera facturée.

## Hébergement

- > Cohérences ne prend en charge ni hébergement, ni restauration.
- > Une liste des hôtels sera fournie sur simple demande.

## Conditions d'accès

- > Toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap

## Inscriptions

- > Sur notre site : [www.coherences.fr](http://www.coherences.fr)
- > Par mail : [e.talvat@coherences.fr](mailto:e.talvat@coherences.fr)
- > Par téléphone : 05.49.09.05.36
- > Par courrier : Cohérences – 552, avenue de Limoges, 79000 NIORT

Après réception du bulletin d'inscription, un email de validation vous est envoyé.

En cas d'insuffisance de participants, nous pouvons être amenés à annuler un stage.

Nous vous en informons alors 20 jours à l'avance.

## Accès à la formation pour tous

**-25%** Si vous financez votre formation personnellement.

Rédaction : COHERENCES «des Projets et des Hommes»

Conception : L'équipe Cohérences

