



Développeur de compétences

# CATALOGUE DE FORMATION ENTREPRISE 2019



**Aifcp est détenteur du label Qualité Performance vers l'Emploi (PVE)**  
**Ce label est porté par 4 partenaires : la Région Sud Provence-Alpes-Côte d'Azur, le Fongecif, le Pôle Emploi et l'Agefiph**

<b>LES FORMATIONS DIPLOMANTES OU CERTIFIANTES .....</b>	<b>4</b>
TITRE PROFESSIONNEL AGENT DE PROPETE ET D'HYGIENE (APH) .....	5
AGENT DE SERVICE QUALIFIE.....	5
TITRE PROFESSIONNEL ASSISTANT RESSOURCES HUMAINES (ARH) (NIVEAU III) .....	6
TITRE PROFESSIONNEL DE FORMATEUR PROFESSIONNEL D'ADULTE (FPA) (NIVEAU III) .....	7
TITRE PROFESSIONNEL DEVELOPPEUR WEB ET WEB MOBILE (NIVEAU III) .....	8
TITRE PROFESSIONNEL DESIGNER WEB (NIVEAU III).....	9
CAP ACCOMPAGNANT EDUCATIF PETITE ENFANCE .....	10
PREPARATION AU TOEIC BRIDGE.....	11
PREPARATION AU TOEIC LISTENING - READING .....	11
MAITRISER LES OUTILS DE BUREAUTIQUE : WORD, EXCEL, POWERPOINT .....	12
SAUVETEUR SECOURISTE AU TRAVAIL.....	13
SST-MAC SAUVETEUR SECOURISTE AU TRAVAIL - MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPETENCES.....	13
PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE.....	14
MAC PREVENTION DES RISQUES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE.....	15
<b>LES FORMATIONS : ATTESTATIONS .....</b>	<b>16</b>
FORMATION DE TUTEURS .....	17
FORMATION REFERENT HANDICAP.....	18
COMPRENDRE LES DISPOSITIFS DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE .....	19
L'ENTRETIEN PROFESSIONNEL ET DE FORMATION .....	19
COACHING : ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL INDIVIDUEL .....	20
LA COMMUNICATION ASSERTIVE.....	20
COMMUNIQUER ET AJUSTER SON POSITIONNEMENT RELATIONNEL EN CONTEXTE PROFESSIONNEL .....	21
DEVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI .....	21
CONFLITS : COMPRENDRE, AFFRONTER, PREVENIR : CREER UNE MEDIATION .....	22
CONSTRUIRE SON PROJET PROFESSIONNEL .....	22
CONVAINCRE ET PERSUADER.....	23
GESTION DU STRESS EN ENTREPRISE ET EN MILIEU PROFESSIONNEL.....	23
GESTION DU STRESS AU TRAVAIL .....	24
OSER DIRE, COMMENT LE DIRE, QUELLE POSTURE ADOPTER.....	24
LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC .....	25
SAVOIR S'AFFIRMER SANS S'IMPOSER.....	26
SENSIBILISATION A L'HYPNOSE.....	26
SENSIBILISATION A LA SOPHROLOGIE .....	27
SENSIBILISATION A LA MEDITATION .....	27
LES BASES DE L'AROMATHERAPIE .....	28
REPRENDRE LES BASES EN CALCUL .....	28
REPRENDRE LES BASES EN FRANÇAIS .....	29
<b>MANAGEMENT .....</b>	<b>30</b>
ANIMATION D'EQUIPE AU QUOTIDIEN.....	31
CADRE INTERMEDIAIRE : ETRE UN MANAGER OPERATIONNEL.....	31
COMMUNICATION MANAGERIALE.....	31
COACHING : ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL INDIVIDUEL .....	33
ENCADRER ET MOTIVER SON EQUIPE .....	33
MANAGEMENT DE PROXIMITE .....	34
MANAGER LA DIFFERENCE : INTEGRER UNE PERSONNE HANDICAPEE DANS SON EQUIPE .....	35
LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC .....	36
PREPARER, ANIMER ET GERER UNE REUNION.....	36
TECHNIQUES D'ANIMATION.....	37
GERER LE STRESS AU TRAVAIL.....	37
PREVENIR L'EPUISEMENT PROFESSIONNEL .....	38
INSTAURER UN CLIMAT DE TRAVAIL STIMULANT.....	39
GERER L'AGRESSIVITE ET LES CONFLITS .....	39
MANAGER UNE EQUIPE HORS LES MURS .....	40
<b>ACCOMPAGNEMENT DES ORGANISATIONS.....</b>	<b>41</b>
ARCHIVER ET CLASSER EFFICACEMENT .....	42

ACCUEIL DU PUBLIC .....	42
ECOUTE PROFESSIONNELLE .....	43
RISQUES PSYCHO SOCIAUX : DE L'IDENTIFICATION A LA PREVENTION .....	43
FORMATION BUREAUTIQUE: WORD, EXCEL, POWERPOINT .....	44
MAITRISER L'ESSENTIEL DES OUTILS DE BUREAUTIQUE : WORD, EXCEL, POWERPOINT .....	45
DYNAMIQUE DE CONDUITE ET GESTION DE PROJET.....	46
GERER SON SYSTEME D'INFORMATION .....	46
METHODOLOGIE POUR L'ELABORATION D'UN PROJET DE SOINS .....	47
SENSIBILISATION A LA QUALITE DE VIE AU TRAVAIL .....	47
RGPD : REGLEMENT GENERAL DE LA PROTECTION DES DONNEES.....	48
FAIRE FACE AU RISQUE DE BURN-OUT DES COLLABORATEURS .....	48

# LES FORMATIONS DIPLOMANTES OU CERTIFIANTES

**Public** Tout public, savoir lire, écrire et compter

### Objectifs pédagogiques

- Savoir réaliser une prestation de service d'entretien manuel adaptée aux locaux, aux surfaces et à leur utilisation
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1
- Réaliser une prestation de service d'entretien mécanisé et/ou de remise en état mécanisée adaptée aux locaux, aux surfaces et à leur utilisation
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 2

### Programme

- Réaliser l'entretien manuel des locaux à usage professionnel et/ou privé
- Réaliser l'entretien manuel courant et périodique des sanitaires
- Réaliser l'entretien manuel des locaux dans le respect des protocoles liés à des environnements spécifiques

#### Epreuve d'évaluation CCP 1

- Réaliser le lavage mécanisé ou la remise en état des sols durs
- Réaliser l'entretien mécanisé ou la remise en état des sols durs
- Réaliser l'entretien mécanisé ou la remise en état des surfaces textiles

#### Epreuve d'évaluation CCP 2

#### Passage du Titre Professionnel

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, étude de cas

#### Modalités

Durée : 546h de formation, 140h de stage  
20 semaines de formation temps plein

#### Coût pédagogique

Nous contacter  
**Effectif** : maximum 12

## Agent de service Qualifié

Réf-MD-04-19

**Public** Tout public

### Objectifs pédagogiques

- Savoir réaliser une prestation de service d'entretien manuel adaptée aux locaux, aux surfaces et à leur utilisation
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1 Agent d'hygiène et de propreté

### Programme

- Réaliser l'entretien manuel des locaux à usage hospitalier
- Réaliser l'entretien manuel courant et périodique des sanitaires
- Réaliser l'entretien manuel des locaux dans le respect des protocoles liés à des environnements spécifiques

#### Epreuve d'évaluation du CCP 1

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, étude de cas

#### Modalités

Durée : 210h de formation, 70h de stage  
8 semaines de formation temps plein

#### Coût pédagogique

Nous contacter  
**Effectif** : maximum 12

**Public****Tout public ayant un niveau Baccalauréat et une expérience professionnelle de 3 ans****Objectifs pédagogiques**

- Assurer l'administration du personnel
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1
- Mettre en œuvre les processus de recrutement, d'intégration et de formation des salariés
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 2

**Programme**

- Assurer la gestion administrative des salariés, depuis l'embauche jusqu'au départ de l'entreprise
- Proposer, déployer et assurer la diffusion des procédures RH.
- Elaborer et actualiser les tableaux de bord RH
- Assurer une veille juridique et sociale
- Collecter les éléments variables de paie et vérifier leur prise en compte
- Rédiger un profil de poste
- Rédiger et diffuser une offre d'emploi et effectuer une présélection de candidatures
- Conduire un entretien en vue du recrutement d'un personnel non cadre
- Organiser l'intégration d'un nouveau salarié
- Contribuer à l'élaboration et au suivi du plan de formation

**Passage du Titre Professionnel****Les + de l'AIFCP** : Possibilité de certification TOIEC, Voltaire et/ou TOSA, Word, Excel**Méthodologie**

Apports théoriques

Mise en situation, études de cas

**Modalités**

Durée : 772h de formation, 175h de stage

25 semaines de formation temps plein

**Coût pédagogique**

Nous contacter

**Effectif** : maximum 14

Public

Pas de niveau scolaire requis,

Tout public ayant une expérience professionnelle de plus de 3 ans

## Objectifs pédagogiques

- Savoir préparer et animer des actions de formations collectives en intégrant des environnements numériques
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1
- Savoir construire des parcours individualisés et accompagner les apprenants
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 2

## Programme

- Elaborer la progression pédagogique d'une action de formation à partir d'une demande
- Concevoir le scénario pédagogique d'une séquence de formation intégrant différentes modalités pédagogiques
- Concevoir les activités d'apprentissage et les ressources pédagogiques d'une séquence en prenant en compte l'environnement numérique
- Animer un temps de formation collectif en présence ou à distance
- Evaluer les acquis de formation des apprenants
- Inscrire ses actes professionnels dans le cadre réglementaire et dans une démarche de responsabilité sociale, environnementale et professionnelle
- Maintenir son niveau d'expertise et de performance en tant que formateur et professionnel dans sa spécialité
- Concevoir l'ingénierie et les outils d'individualisation des parcours en utilisant les technologies numériques
- Accueillir, former et accompagner les apprenants dans des parcours individualisés et co-construire leurs parcours
- Remédier aux difficultés individuelles d'apprentissage et accompagner les apprenants dans la consolidation de leur projet professionnel
- Analyser ses pratiques professionnelles

**Passage du Titre Professionnel**

Les + de l'AIFCP : Possibilité de certification Voltaire et/ou TOSA, Word, Excel

**Méthodologie**

Apports théoriques

Mise en situation, études de cas

**Modalités**

Durée : 772h de formation, 175h de stage

27 semaines de formation temps plein

**Coût pédagogique**

Nous contacter

**Effectif** : maximum 14

Public

Être attiré par les métiers du Web et être motivé

Pas de niveau scolaire requis

Modalités de recrutement

Candidature sur dossier - Tests techniques en ligne et entretien individuel

(entraînement sur <https://fr.khanacademy.org/>)

Objectifs pédagogiques

- Produire un site internet et développer des fonctionnalités qui répondent aux besoins des clients
- Développer la partie front-end d'une application web ou web mobile en intégrant les recommandations de sécurité
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1
- Développer la partie back-end d'une application web ou web mobile en intégrant les recommandations de sécurité
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 2

Programme

- Apprendre à maquetter une application
- Savoir réaliser une interface utilisateur web statique et adaptable
- Développer une interface utilisateur web dynamique
- Réaliser une interface utilisateur avec une solution de gestion de contenu ou e-commerce
- Créer une base de données
- Développer les composants d'accès aux données
- Développer la partie back-end d'une application web ou web mobile
- Elaborer et mettre en œuvre des composants dans une application de gestion de contenu ou e-commerce

**Passage du Titre Professionnel**

**Méthodologie**

Apports théoriques

Mise en situation, études de cas

**Modalités**

Durée : 700h de formation, 350h de stage

30 semaines de formation temps plein

**Coût pédagogique**

Nous contacter

**Effectif** : maximum 12



**Public**

Être attiré par les métiers du Web et être motivé

**Pas de niveau scolaire requis****Modalités de recrutement** Candidature sur dossier - Tests techniques en ligne et entretien individuel  
(entraînement sur <https://fr.khanacademy.org/>)**Objectifs pédagogiques**

- Savoir élaborer le design graphique d'un outil de communication numérique
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 1
- Réaliser un outil de communication numérique
- Réussir l'examen de l'évaluation du Bloc de Compétence CCP 2

**Programme**

- Concevoir un site ou une application web
- Réaliser des illustrations, des graphismes et des visuels, des maquettes et des interfaces
- Elaborer une animation pour différents supports de diffusion
- Intégrer des pages web en tenant compte des standards, du référencement, de l'accessibilité et de l'ergonomie
- Adapter des systèmes de gestion de contenus à partir d'un cahier des charges
- Publier des pages web

**Passage du Titre Professionnel****Méthodologie**

Apports théoriques

Mise en situation, études de cas

**Modalités**

Durée : 812h de formation, 315h de stage

34 semaines de formation temps plein

**Coût pédagogique**

Nous contacter

**Effectif** : maximum 16

## Public

Tout public, avoir 18 ans dans l'année de l'examen et avoir au minimum un niveau V

## Objectifs pédagogiques

- Savoir répondre aux besoins fondamentaux de l'enfant
- Accompagner le développement du jeune enfant
- Exercer son activité en accueil collectif
- Exercer son activité en accueil individuel

## Programme

### Domaines professionnels

- Accompagner le développement du jeune enfant
- Exercer son activité en accueil collectif
- Exercer son activité en accueil individuel

**Stages obligatoires : 16 semaines en milieu professionnel**

Méthodologie	Modalités	Coût pédagogique
Apports théoriques	Durée : 1120h de septembre à juin	
Mise en situation, étude de cas	Effectif : maximum 15	Nous contacter

**Public** Tout public de niveau faux-débutant à intermédiaire (A1 à B1)

### Objectifs pédagogiques

- Définir un niveau d'anglais requis pour les recrutements
- Valider ses progrès et l'efficacité de sa formation
- S'orienter vers la formation adaptée à son niveau
- Valoriser ses compétences sur le marché du travail

### Programme

- Compréhension de texte
- Compréhension orale
- Questions/réponses sur des descriptions d'images
- Dialogues
- Courts exposés/annonces orales
- Ecouter et répondre aux questions
- Conversations courtes
- Phrases à compléter
- Passage de la Certification

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 170h environ selon niveau, 6h/3,5 jours/8 semaines  
Effectif : maximum 15

### Coût pédagogique

Inter : 35€/h par stagiaire

# Préparation au TOEIC Listening - Reading

**Public** Tout public de niveau intermédiaire à avancé (B1 à C1)

### Objectifs pédagogiques

- Définir un niveau d'anglais requis pour les recrutements
- Valider ses progrès et l'efficacité de sa formation
- S'orienter vers la formation adaptée à son niveau
- Valoriser ses compétences sur le marché du travail

### Programme

- Compréhension de texte
- Compréhension orale
- Questions/réponses sur des descriptions d'images
- Dialogues
- Courts exposés/annonces orales
- Ecouter et répondre aux questions
- Compréhension écrite
- Phrases et textes à compléter
- Lecture de contenus rédigés
- Passage de la Certification

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 170h environ selon niveau, 6h/3,5 jours/8 semaines  
Effectif : maximum 15

### Coût pédagogique

Inter : 35€/h par stagiaire

Public

Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Les fonctions de base de Word
- Les fonctions de base d'Excel
- Les fonctions de base de PowerPoint
- Internet et la messagerie électronique avec Outlook
- **Certification TOSA**

## Programme

- **Les fonctions de base de Word**
- Se repérer dans l'environnement
- Gérer les caractères et les paragraphes
- Saisir, mettre en forme, sélectionner et corriger des textes
- Vérifier l'orthographe
- Mettre en page, enregistrer et imprimer un document
- **Les fonctions de base d'Excel**
- Saisir, mettre en forme un tableau, un imprimé, un planning
- Écrire des formules de calculs
- Recopier des cellules, des formules
- Créer un graphique, l'habiller
- Mettre en page, enregistrer et imprimer
- **Les fonctions de base de PowerPoint**
- Se familiariser à l'environnement PowerPoint et gérer ses documents
- Concevoir et mettre en des diapositives
- Projeter un diaporama
- Définir l'impression d'un diaporama
- **Internet et messagerie électronique avec Outlook**
- Présentation d'Internet et du courrier électronique
- Se connecter et naviguer sur le web, les adresses, les liens
- Envoyer et recevoir un e-mail

### Méthodologie

Apports théoriques  
Jeux de rôles

### Modalités

Durée : 5 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Nous contacter

Public Tout personnel

**Objectifs pédagogiques**

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

**Programme****Son rôle**

- Savoir se situer en tant que Sauveteur Secouriste dans son entreprise
- La réglementation

**La formation générale**

- Connaître les principes de base de la prévention
- De « protéger » à « prévenir »
- Connaître le mécanisme de l'accident
- Savoir reconnaître les dangers
- Connaître la conduite à tenir en cas d'accident : protéger, examiner, faire alerter, secourir
- Savoir supprimer ou isoler le danger et/ou la victime

**Evaluation des SST**

- Selon le référentiel de l'INRS

**Formation certifiée par l'INRS****Méthodologie**

Apports théoriques  
Analyse de situations

**Modalités**

Durée : 2 jours  
Session de groupe dans vos locaux de 4 à 10 stagiaires maximum : 1500HT

**Coût pédagogique**

Inter : 270€ par stagiaire

**SST-MAC Sauveteur Secouriste au Travail - Maintien et actualisation des compétences**

Réf-PP-09-19

Public Tout personnel

Prérequis Avoir suivi la formation initiale SST depuis moins de 2 ans. Se munir de sa carte de SST

**Objectifs pédagogiques**

- Maintenir les compétences du Sauveteur secouriste au travail (SST) à un niveau au moins équivalent, voire supérieur à celui de sa formation initiale

**Programme****Evaluation à partir d'accidents du travail simulés permettant de repérer les écarts par rapport au comportement attendu du SST****Révision des gestes d'urgence****Actualisation de la formation**

- Aux risques de l'établissement
- Aux modifications du programme
- Selon le référentiel de l'INRS

**Formation certifiée par l'INRS****Méthodologie**

Apports théoriques  
Analyse de situations

**Modalités**

Durée : 1 jour  
Session de groupe dans vos locaux de 4 à 10 stagiaires maximum : 990HT

**Coût pédagogique**

Inter : 180€ par stagiaire

Public

Tous salariés amenés à manuporté, et/ou ayant des gestes répétitifs et/ou posture de travail

prolongée.

## Objectifs pédagogiques

- Se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes sur la santé susceptibles d'être encourues.
- Participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention
- Proposer des améliorations de sa situation de travail, participer à sa mise en œuvre et à son évolution

## Programme

### Risques liés aux manutentions manuelles

- Connaître les risques liés à son activité ou à son métier
- Définition des TMS et des facteurs constitutifs
- Les différentes pathologies et l'hypertonie musculaire chronique

### Notions d'anatomie

- Le squelette, le dos droit, la fixation de la colonne et l'activité musculaire et articulaire

### Les techniques de manutention

- Découverte des principes par l'étude des mouvements du corps
- Introduction à des exercices pratiques corporels d'aide à la modification du tonus musculaire
- Les principes de sécurité physique et d'économie de l'effort
- Les postures et les gestes adaptés pour déplacer ou porter
- Adopter de bonnes pratiques et des gestes appropriés à la tâche à effectuer
- **Un certificat PRAP est délivré au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable**

### Méthodologie

Apports théoriques

Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours

Session de groupe dans vos locaux de 4 à 10 stagiaires maximum : 1090HT

### Coût pédagogique

Inter : 220€ par stagiaire

## Public

Tous salariés amenés à manuporté, et/ou ayant des gestes répétitifs et/ou posture de travail

prolongée.

## Prérequis

Avoir suivi la formation initiale PRAP depuis moins de 2 ans

## Objectifs pédagogiques

- Maintenir les compétences d'acteur PRAP à un niveau au moins équivalent, voire supérieur à celui de sa formation initiale

## Programme

### Risques liés aux manutentions manuelles

- Révision et actualisation des compétences :
- Bilan des actions menées au sein de l'entreprise
- Suivi des pistes d'amélioration initiées lors de la formation
- Principes de bases et d'économie d'effort
- Gestes techniques liés aux manutentions occasionnelles
- **Un certificat PRAP est délivré au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation et a fait l'objet d'une évaluation favorable**

### Méthodologie

Apports théoriques

Mise en situation

### Modalités

Durée : 1 jour

Session de groupe dans vos locaux de 4 à 10 stagiaires maximum : 690HT

### Coût pédagogique

Inter : 110€ par stagiaire

# LES FORMATIONS : ATTESTATIONS



**Public** Professionnels ayant au moins 3 ans d'ancienneté dans son métier de référence

## Objectifs pédagogiques

- Appréhender les spécificités de la fonction de tuteur dans le contexte réglementaire
- Collaborer avec les différents acteurs du parcours d'apprentissage pour la co-construction du projet d'encadrement du stagiaire
- Elaborer et mettre en œuvre un dispositif expérimentiel favorisant l'étayage des acquis théoriques et la construction des savoir-faire opératoires par le stagiaire
- Définir et mettre en œuvre une démarche d'évaluation apprenante avec le stagiaire en tant que support de l'acquisition des compétences en situation professionnelle

## Programme

- Les missions et la fonction de « tuteur »
- Transmettre des compétences
- Les outils pour accompagner le stagiaire
- Le processus d'accompagnement tutorial
- Le suivi de la progression pédagogique
- Retour terrain

---

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, training

### Modalités

Durée : 5 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1290€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

---

Public

Tout professionnel

## Objectifs pédagogiques

- Être
- capable de répondre à toutes les questions que peut se poser un salarié quant à l'intérêt d'être reconnu bénéficiaire de la loi
- Suivre les salariés détenteurs d'un titre de bénéficiaire de la loi au cours de leur carrière professionnelle
- Accompagner les salariés dans leurs démarches pour Etre reconnus bénéficiaires de la loi
- Faciliter l'intégration d'un nouveau salarié ayant un titre de bénéficiaire de la loi
- Anticiper au mieux les démarches à effectuer au cours des arrêts de travail ou même dès la restriction d'aptitude
- Favoriser la recherche de solutions face aux situations d'inaptitude
- Être le relais des missions handicap nationales ou associatives lorsqu'elles existent

## Programme

- Maîtriser le socle de connaissances nécessaires concernant l'emploi des personnes en situation de handicap (loi du 11 février 2005, droit des personnes handicapées, modalités de réponses à la loi)
- Dépasser les représentations habituelles du handicap (préjugés, différentes typologies du handicap, RQTH et autres statuts administratifs, intérêt de transmettre son statut à son employeur)
- Connaître le fonctionnement d'OETH pour mobiliser les aides à bon escient (mesures de droit commun, accord de branche OETH, ses financements et son offre de services, etc.)
- S'approprier le rôle de Référent Handicap afin de faciliter la mise en œuvre de la politique handicap au sein de l'établissement (respect de la confidentialité, grands axes d'une politique handicap, réseau local, freins et leviers pour développer l'emploi des travailleurs handicapés, indicateurs de suivi, etc.)

### Méthodologie

Apports théoriques

Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours

Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 720€ par stagiaire

Intra : nous contacter

Public **Tout public****Objectifs pédagogiques**

- Comprendre et maîtriser les dispositifs de la formation professionnelle continue

**Programme**
**La Formation Professionnelle Continue (FPC) : qu'est-ce que c'est ?  
CIF, VAE, bilans de compétences, plan de formation, passeport de formation...**

- Qui sont les bénéficiaires ?
- Qui la finance ?
- Que propose-t-elle ?

**Méthodologie**

Apports théoriques  
Mise en situation

**Modalités**

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 490€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## L'entretien professionnel et de formation

Réf-PP-07-19

Public **Tout public****Objectifs pédagogiques**

- S'approprier l'esprit du dispositif d'entretien mis en place dans la structure
- Savoir utiliser l'ensemble des documents et procédures
- Etre acteur dans son entretien professionnel

**Programme****Séquence 1 : les modalités et les finalités de l'entretien**

- Comprendre la philosophie de l'entretien

**Séquence 2 : le support de l'entretien**

- Les liens entre les différents documents

**Séquence 3 : la préparation de l'entretien**

- Comprendre les rôles de chacun dans l'entretien
- Analyse et utilisation des documents de préparation
- Se préparer en tant que salarié

**Séquence 4 : l'entretien en tant qu'outil de communication**

- S'approprier la situation « entretien »
- Savoir l'utiliser
- Les mécanismes de communication en entretien

**Séquence 5 : Training et mise en situation****Méthodologie**

Apports théoriques  
Mise en situation

**Modalités**

Durée : 1 jour  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 270€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Savoir identifier le fonctionnement de sa personnalité par rapport à son environnement professionnel
- Identifier les besoins pour rechercher les axes d'améliorations à obtenir
- Fixer des objectifs réalistes et réalisables dans le temps
- Retrouver et renforcer l'estime de soi et la confiance en soi
- Mobiliser ses propres ressources pour se mettre en action et retrouver le « pouvoir d'agir »

## Programme

### Le rôle du coach

- Appréhender «sa réalité» et s'ajuster à la réalité extérieure
- Trouver «ses solutions» pour gérer ses dysfonctionnements
- Assumer ses responsabilités dans l'entreprise avec plus d'efficacité et de recul

**De la notion d'engagement et de motivation à celle de responsabilité des hommes, de reconnaissance, de performance et de développement durable**

### Méthodologie

Apports théoriques  
Etude de cas, échanges de pratiques

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 960€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# La communication assertive

Réf-DP-02-19

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Augmenter son impact personnel grâce à l'affirmation de soi
- Gagner en assurance et développer la confiance en soi
- Établir des relations professionnelles constructives
- Savoir faire face aux personnalités difficiles

## Programme

- S'affirmer en situation professionnelle pour réussir ensemble
- Être assertif au travail : prendre confiance en soi
- Savoir valoriser ses droits et respecter ceux des autres
- S'affirmer dans ses relations professionnelles et les rendre fructueuses, constructives et réalistes

### Méthodologie

Exercices  
Mise en situation, jeux de rôles

### Modalités

Durée : 3 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 720€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Améliorer sa communication et ses relations avec les autres
- Tirer parti de son potentiel et collaborer efficacement avec ses interlocuteurs
- Adapter sa communication en situation difficile

## Programme

- Maîtriser les composantes d'une communication relationnelle efficace
- Focus : comprendre comment les autres vous perçoivent
- Savoir écouter pour apporter des réponses adéquates
- Comprendre l'autre en profondeur
- Apprendre à se positionner par rapport à ses interlocuteurs
- Savoir identifier, définir et faire respecter ses frontières
- Etre à l'aise en situation difficile : anticiper et faire face aux situations de conflit
- S'entraîner à la discussion et s'affirmer dans la relation
- Maîtriser les bases de la Communication Non Violente

## Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, analyses

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 720€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Développer sa confiance en soi

Réf-DP-04-19

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Prendre conscience de ses atouts
- Comprendre les mécanismes de la confiance en soi
- Disposer d'outils pour ajuster son comportement avec plus d'assurance

## Programme

- Pourquoi bien se connaître ?
- Pourquoi faut-il adopter la « positive attitude » ?
- Comment l'assertivité permet-elle de mieux gérer la critique ?
- Travailler sa confiance, c'est travailler sur soi
- Connaître et apprécier ses objectifs pour gagner en confiance et en efficacité
- Identifier sa relation à l'autre et l'améliorer

## Méthodologie

Apports théoriques  
Exercices, mise en situation

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 790€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public** Tout public

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre le cadre légal et agir dans le respect du droit face à la grève et aux débrayages
- Piloter la négociation de sortie de crise en adoptant les bonnes attitudes
- Gérer les situations critiques et constituer une cellule de crise
- Construire une communication en fonction des acteurs internes et externes

### Programme

#### Les conflits sociaux : comprendre les déclencheurs et les résoudre

- Connaître les sujets générateurs de tensions dans les organisations
- Surveiller les indicateurs du climat social et construire des réponses de proximité dans les équipes
- Comprendre les différentes conséquences des conflits sociaux : économiques, financières, sociales, culturelles, ...
- Repérer la place des émotions et la dimension irrationnelle dans un conflit
- Mettre en place une dynamique de prévention des conflits

#### Méthodologie

Jeux de rôles  
Exercices, mise en situation

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 1190€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Construire son projet professionnel

Réf-DP-06-19

**Public** Tout public

### Objectifs pédagogiques

- Clarifier son offre de service : compétences, talents, valeur ajoutée, connaissances, expertises, positionnement
- Approches relationnelles et commerciales, téléphone, mail, salon, réseaux
- Gagner en confiance dans la présentation de son projet

### Programme

- Définir les contours de son projet professionnel
- Elargir le champ du possible
- Savoir parler de son projet professionnel en interne
- Parler de son projet professionnel devant un recruteur
- Gagner en confiance en présentant son projet professionnel

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Jeux de rôles

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 720€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Convaincre et persuader

Réf-DP-07-19

Public **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Gagner en capacité d'écoute et d'observation
- Etre plus convaincant
- Utiliser les outils pour persuader

### Programme

- Trouver les leviers de confiance
- Trouver les bons arguments
- Adapter son discours à celui des autres
- Ecouter/observer

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 890€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Gestion du stress en entreprise et en milieu professionnel

Réf-DP-08-19

Public **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Discerner et formuler les mécanismes du stress et ses effets délétères sur la santé
- Déceler les différentes sources de stress en entreprise et en milieu professionnel
- Aider à la prise de distance émotionnelle
- Acquérir des outils théoriques et opérationnels
- Redévelopper une plus grande confiance en soi
- Apprendre à mieux définir ses priorités

### Programme

#### Comprendre les mécanismes du stress

- De quoi parle-t-on ?
- Les effets nocifs et positifs
- Accueillir son stress
- Détecter les manifestations physiologiques du stress
- Identifier les clignotants d'alerte
- La gestion des modes mentaux

#### Techniques de gestion de son stress

- Rôle et fonctions des émotions
- Tout comportement est émotionnel
- Accueillir ses peurs et sa colère
- Comment prendre des décisions plus efficaces
- Techniques de régulation émotionnelle (re)définir ses priorités
- Définir ses objectifs avec plus de clarté
- Apprendre à prioriser ses actions
- Les messages contraignants
- Exprimer ses besoins
- Techniques d'affirmation de soi

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation professionnelle

### Modalités

Durée : 3 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1690€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Connaitre les mécanismes du stress
- Savoir gérer ses émotions et ses réactions
- Améliorer sa résistance au stress

## Programme

- La connaissance du stress
- L'auto-diagnostic pour mieux l'appréhender
- Le développement de la confiance en soi
- La mise en place d'actions individuelles pour mieux gérer son stress

### Méthodologie

Tour de table, ateliers, études de cas,  
Mise en situation professionnelle

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 890€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Oser dire, comment le dire, quelle posture adopter

Réf-DP-09-19

**Public** Tout public

## Objectifs pédagogiques

- Se connaître
- Dire les choses difficiles à dire
- Utiliser les bons outils en fonction des situations
- Avoir les bonnes postures et protéger son corps

## Programme

- Mieux se connaître
- S'adapter à la communication de l'autre
- Travailler sur sa communication verbale et non verbale
- Travailler sa posture et sa respiration
- Gérer les situations qui sembleraient difficiles

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 720€ par stagiaire  
Intra : nous contacter



**Public** **Tout public**

## Objectifs pédagogiques

- Acquérir des techniques facilitant l'expression orale
- Aborder l'expression par l'écoute
- Prendre conscience de ses possibilités et développer les qualités nécessaires à une expression efficace
- Aiguiser l'attention personnelle à soi et à l'autre
- Prendre conscience de sa responsabilité dans les processus de communication

## Programme

### Rappels des techniques de base

- La maîtrise de soi, l'importance de la respiration
- Travail sur la voix et le corps

### Vaincre ses appréhensions et son trac

- Analyse des difficultés d'expression
- Confiance en soi, et gestion du trac

### Optimiser sa communication non verbale

- La gestuelle et son décodage (orateur et participants)
- Les postures à adopter, à éviter, gérer l'espace, bouger

### Apprendre à coordonner l'ensemble des techniques

- La préparation mentale, appliquer les techniques de manière naturelle
- Harmoniser la communication verbale et les mouvements du corps

### Préparer son intervention

### Improviser une prise de parole

### Savoir présenter un invité, un intervenant

---

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Exercices, Mises en situation filmées

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 960€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

---

**Public** Tout public

### Objectifs pédagogiques

- Mieux communiquer avec l'autre
- Délivrer un message fluide et factuel

### Programme

- Mieux se connaître et mesurer les problématiques
- L'importance de la communication verbale et non verbale
- Apprendre à diagnostiquer celui avec lequel on interagit
- Adapter sa communication sans se transformer
- Oser dire sans brusquer
- Etre entendu et compris de tous

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, conférence atelier

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 790€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Sensibilisation à l'hypnose

Réf-DP-13-19

**Public** Tout public

### Objectifs pédagogiques

- Sensibilisation à l'hypnose
- Optimiser les ressources techniques et relationnelles dans l'accompagnement des usagers
- Prendre en compte la douleur et créer un confort pour l'utilisateur
- Mieux appréhender les différentes techniques hypnotiques efficaces dans le traitement de la douleur, du stress et des manifestations psychosomatiques

### Programme

- Historique et figures de l'hypnose
- Définition de l'hypnose et son explication neurophysiologique à travers les neurosciences
- Organisation de la profession
- La charte éthique qui régit les bonnes pratiques
- Les indications de l'hypnose médicale
- Hypnose et douleurs
- Hypnose et addictions
- Effets indésirables et limites de la technique
- Utiliser et intégrer les techniques d'hypnose dans sa pratique clinique
- Le déroulement d'une séance d'hypnose
- La sensibilisation et l'orientation du patient dans la pratique de l'auto-hypnose

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 3 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1200€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

Public **Tout public****Objectifs pédagogiques**

- Utiliser la méthode comme outil dans la pratique professionnelle

**Programme****Principes fondamentaux de la sophrologie**

- Méthodologie générale de la sophrologie
- Sophrologie et gestion de la douleur
- Sophrologie et préparation à l'accouchement
- Sophrologie et médecine
- Immersion
- Sophrologie, troubles et désordres du comportement alimentaire

**Méthodologie**

Apports théoriques  
Mise en situation, analyse

**Modalités**

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 960€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Sensibilisation à la méditation

Réf-DP-15-19

Public **Tout public****Objectifs pédagogiques**

- Découvrir la méditation de pleine conscience
- Expérimenter les exercices de méditation
- Connaître les applications thérapeutiques pour certaines pathologies, pour la gestion du stress et de l'anxiété

**Programme****Comprendre les mécanismes de la méditation**

- Méditation de pleine conscience : définition scientifique
- Mécanismes cérébraux
- Régulation émotionnelle et méditation

**Les applications thérapeutiques de la méditation de pleine conscience**

- Méditation et stress chez les sujets sains
- Troubles dépressifs et méditation de pleine conscience
- Troubles anxieux et méditation de pleine conscience
- Abus de substances et méditation de pleine conscience
- Obésité et troubles alimentaires et méditation de pleine conscience
- Affections somatiques et méditation de pleine conscience (MBSR, MBCT)
- La méditation de pleine conscience : un outil d'amélioration de la qualité des soins prodigués aux patients

**Méthodologie**

Apports théoriques, exercices  
Mise en situation, jeux de rôles

**Modalités**

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 590€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public**    **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'aromathérapie, les huiles essentielles et savoir en utiliser une douzaine avec les patients, en toute sécurité
- Apprendre à utiliser la diffusion/l'olfaction d'huiles essentielles
- Etre en mesure de proposer quelques mélanges cutanés pour les soins de la peau, la gestion de la douleur ou le soutien psychologique
- Savoir acheter, stocker et manipuler les huiles essentielles
- Pouvoir apporter des conseils aux patients sur leurs propres utilisations

### Programme

- Historique et cadre législatif de l'utilisation des huiles essentielles
- Les différents modes d'utilisation, les consignes de sécurité et le bon dosage, selon les besoins
- Présentation et olfaction de 6 huiles essentielles utiles, pour mieux gérer leur utilisation
- Découverte de 6 huiles essentielles pour mieux gérer le stress et la douleur

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation, exercices

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 590€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Reprendre les bases en calcul

Réf-PP-04-19

**Public**    **Personnes ayant des difficultés en calcul**

### Objectifs pédagogiques

- Permettre à des salariés, demandeurs d'emploi, ou personnes en reconversion professionnelle d'acquérir le socle minimum de connaissances pour contrer les difficultés en calculs de bases

### Programme

- Devenir autonome dans ses missions professionnelles grâce aux Mathématiques
- Connaître ses tables d'addition et de multiplication
- Calculer mentalement
- Savoir rendre la monnaie sans erreur
- Mesurer des surfaces, des quantités,... (à adapter en fonction de l'emploi en s'appuyant sur des documents professionnels)

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 80h  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Nous contacter

**Public****Personnes ayant des difficultés en français****Objectifs pédagogiques**

- Permettre à des salariés, demandeurs d'emploi, ou personnes en reconversion professionnelle d'acquérir le socle minimum de connaissances pour contrer les difficultés en français

**Programme**

- Comprendre un message écrit
- Lire une situation de lecture : consignes, sujet, questions
- Comprendre le sens global
- Comprendre le vocabulaire usuel de sa profession
- Lire et comprendre les messages simples et usuels de sa profession
- Produire un message écrit
- Comprendre les documents à renseigner, apprendre à les compléter
- Rédiger un courrier simple dans un français usuel et sans faute
- Comprendre et exprimer un message oral
- Mobiliser son attention
- Analyser le message
- Structurer sa pensée et formuler ses questions
- Comprendre et se faire comprendre par les clients, les collègues de travail, la hiérarchie en utilisant des phrases types, un vocabulaire simple et adapté

**Méthodologie**

Apports théoriques

Mise en situation

**Modalités**

Durée : 80h

Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Nous contacter

# MANAGEMENT

**Public** Personnes en situation d'animation d'équipe

### Objectifs pédagogiques

- Préciser ses missions de cadre et renforcer la conscience de son rôle et de ses responsabilités
- Mettre en évidence l'importance et la nécessité de formaliser des engagements, base de l'activité et de l'animation

### Programme

#### Le rôle d'animation et de management

- La raison d'être du cadre et son « système »
- L'exercice du pouvoir, positionnement personnel et relation à l'équipe en tant que cadre

#### Animation d'une équipe au quotidien

- Les outils de management

#### Efficacité personnelle

- Mieux se connaître pour mieux manager, la perception de soi confronté à la perception d'autrui

#### Conduite de projets-conduite du management

- Définir et analyser le besoin, le pilotage et le management du changement, définir un plan d'action
- Méthodologie de résolution de problèmes, la conduite du changement

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 1320€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Cadre intermédiaire : être un manager opérationnel

**Public** Personnes en situation d'animation d'équipe

### Objectifs pédagogiques

- Appréhender l'acte de management et son mode de fonctionnement
- Améliorer les rouages de communication avec les membres de son équipe
- Impulser une dynamique d'équipe dans le cadre d'un contexte de changement
- Rendre opératoire les ambitions institutionnelles
- Professionnaliser la communication de l'organisation : inter /externe/interpersonnelle

### Programme

- Comment travailler avec sérénité ? Quels sont les besoins en tant que manager ?
- Les fondamentaux du management
- Améliorer sa communication managériale
- Optimiser sa posture managériale

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Apports spécifiques aux besoins des stagiaires

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 1230€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Communication managériale

**Objectifs pédagogiques**

- Identifier les différentes situations de communication
- S'approprier des bonnes pratiques de communication managériale
- Maîtriser les outils, les savoir-faire et les supports de la communication

**Programme**

**Faire un diagnostic des situations de communication managériale**

- Identifier et analyser les situations de communication du manager
- Repérer les difficultés et identifier les modes de communication inefficaces
- Choisir des clés pratiques pour muscler sa communication

**Adapter sa communication en situation de management**

**Les particularités de la communication managériale**

- Identifier son écosystème : publics internes et externes
- Les styles de communication managériale
- Identifier la maturité de son équipe et choisir un style de communication approprié

**Adapter sa communication selon son interlocuteur**

- Communiquer avec sa hiérarchie, son équipe, des clients, des contacts internes ou des partenaires

**Renforcer ses qualités de communicant : écoute et persuasion**

- Maîtriser les techniques d'écoute avancées et de reformulation
- Reconnaître les différentes typologies d'interlocuteurs et leurs préférences cérébrales
- Développer sa capacité à convaincre et à mobiliser
- Se préparer physiquement et mentalement

**Travailler ses réflexes pour gérer les situations les plus difficiles**

- Dire non lorsque c'est nécessaire, acquérir des réflexes pour lever les blocages et désamorcer les résistances
- Développer son sens de la répartie en favorisant son esprit d'improvisation
- Traiter les sous-entendus et tirer parti des critiques justifiées
- Gérer les critiques agressives et résoudre les situations conflictuelles avec les techniques appropriées

**Méthodologie**

Apports théoriques  
Mise en situation

**Modalités**

Durée : 3 jours  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 1190€ par stagiaire  
Intra : nous contacter



Public **Tout public**

## Objectifs pédagogiques

- Savoir identifier le fonctionnement de sa personnalité par rapport à son environnement professionnel
- Identifier les besoins pour rechercher les axes d'améliorations à obtenir
- Fixer des objectifs réalistes et réalisables dans le temps
- Retrouver et renforcer l'estime de soi et la confiance en soi
- Mobiliser ses propres ressources pour se mettre en action et retrouver le « pouvoir d'agir »

## Programme

### Le rôle du coach

- Appréhender «sa réalité» et s'ajuster à la réalité extérieure
- Trouver «ses solutions» pour gérer ses dysfonctionnements
- Assumer ses responsabilités dans l'entreprise avec plus d'efficacité et de recul

**De la notion d'engagement et de motivation à celle de responsabilité des hommes, de reconnaissance, de performance et de développement durable**

### Méthodologie

Apports théoriques  
Etude de cas, échanges de pratiques

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 960€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Encadrer et motiver son équipe

Réf-MG-04-19

Public **Directeurs, managers, personnels encadrants**

## Objectifs pédagogiques

- Gagner en aisance relationnelle
- Dire les choses de façon directe, sans blesser
- Utiliser les bons outils en fonction des situations rencontrées dans les missions d'encadrement

## Programme

- Mieux connaître sa communication
- En comprendre les impacts
- Comprendre ce que l'on peut changer en restant soi-même
- Les techniques d'écoute active et de réajustement
- Ne pas être déstabilisé
- Apprendre à encadrer et à motiver

### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1230€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public** Directeurs, managers, personnels encadrants

### Objectifs pédagogiques

- Identifier son rôle et ses responsabilités de manager de proximité
- Adapter son style de management aux situations
- Impliquer les collaborateurs et obtenir l'adhésion
- Développer l'autonomie pour motiver son équipe
- Gérer les situations délicates

### Programme

#### **Les rôles et missions du manager de proximité**

- Connaître son rôle, ses missions et ses objectifs
- Développer une expertise managériale : distinguer compétences techniques et compétences managériales
- Découvrir la valeur ajoutée du manager de proximité
- Resituer l'importance et le rôle de l'humain dans la fonction managériale

#### **Le pouvoir du manager de proximité**

- Identifier les sources du pouvoir, les contraintes et les limites
- Comprendre les mécanismes relationnels et les jeux de pouvoir entre manager et collaborateurs
- Développer son autorité et son leadership
- Obtenir l'adhésion et impliquer les collaborateurs : les outils du management collectif et individuel

#### **Les comportements efficaces : le management situationnel**

- Principes de base, objectifs, avantages et limites des différents styles de management
- Identifier son style, l'améliorer et l'adapter aux situations, contextes et collaborateurs

#### **Développer l'autonomie des collaborateurs**

- Comprendre les mécanismes de l'autonomie : compétences et implication
- Mesurer l'autonomie des collaborateurs, identifier et agir sur les moteurs de la motivation

#### **Reconnaître les réussites pour encourager**

- Comprendre la spirale de l'échec ou de la réussite
- Reconnaître les succès pour encourager et utiliser les signes de reconnaissance performants

#### **Les situations difficiles**

- Connaître les origines des conflits et comprendre les mécanismes de l'escalade conflictuelle
- Mieux gérer ses émotions, ses pensées et ses propres tensions

Méthodologie	Modalités	Coût pédagogique
Apports théoriques	Durée : 2 jours	Inter : 1230€ par stagiaire
Analyse de situations	Effectif : maximum 12	Intra : nous contacter

Public

Cadres impliqués dans le recrutement

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre les préjugés et stéréotypes du handicap en entreprise
- Favoriser l'intégration de la personne au sein de l'équipe
- Déjouer les pièges émotionnels
- Distinguer la personne et le handicap
- Pratiquer une communication centrée sur la personne

## Programme

### Entreprise et handicap

- L'histoire du handicap et la vision stigmatisante commune
- Le rappel des contenus des lois handicap, les aides et appuis à disposition dans l'entreprise
- Les freins managériaux et stéréotypes en entreprise
- Trouver la juste posture managériale vis-à-vis de son équipe

### Capitaliser sur les bonnes pratiques

- Les situations managériales à éviter, les comportements permettant un management souple et assumé
- Lever les résistances et les blocages à une bonne intégration, travailler sur les inquiétudes à lever et les peurs à dépasser
- Manager la personne avant de manager son handicap, comprendre ses modes de fonctionnement et ses leviers de motivation

### Déjouer les jeux émotionnels

- Les droits et devoirs du collaborateur en situation de handicap
- Identifier les grands poncifs liés au handicap
- Déjouer les rôles incohérents et inefficaces pour le travail d'équipe, savoir les dépasser

---

### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1190€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

---

**Public** **Tout public**

## Objectifs pédagogiques

- Acquérir des techniques facilitant l'expression orale
- Aborder l'expression par l'écoute
- Prendre conscience de ses possibilités et développer les qualités nécessaires à une expression efficace
- Aiguiser l'attention personnelle à soi et à l'autre
- Prendre conscience de sa responsabilité dans les processus de communication

## Programme

### Rappels des techniques de base

- La maîtrise de soi, l'importance de la respiration
- Travail sur la voix et le corps

### Vaincre ses appréhensions et son trac

- Analyse des difficultés d'expression
- Confiance en soi, et gestion du trac

### Optimiser sa communication non verbale

- La gestuelle et son décodage (orateur et participants)
- Les postures à adopter, à éviter, gérer l'espace, bouger

### Apprendre à coordonner l'ensemble des techniques

- La préparation mentale, appliquer les techniques de manière naturelle
- Harmoniser la communication verbale et les mouvements du corps

### Préparer son intervention

### Improviser une prise de parole

### Savoir présenter un invité, un intervenant

## Méthodologie

Apports théoriques  
Exercices, Mise en situation filmées

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 1120€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Préparer, animer et gérer une réunion

Réf-MG-07-19

**Public** **Personnels encadrants, publics devant animer des réunions**

## Objectifs pédagogiques

- Savoir comment être mieux écouté et entendu
- Dire les choses de façon directe, sans blesser
- Utiliser les bons outils en fonction des situations rencontrées lors des réunions

## Programme

- Préparer une réunion
- Poser un cadre
- Donner et reprendre la parole
- Apprendre à mieux communiquer
- S'adapter à la communication de l'autre
- Etre écouté et entendu

## Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 1320€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Techniques d'animation

Réf-MG-08-19

**Public** Personnes se trouvant en situation d'animer des réunions

### Objectifs pédagogiques

- Organiser et préparer une réunion
- Animer une réunion en fonction des objectifs et des participants
- Connaître et utiliser à bon escient les outils d'animation
- Savoir maîtriser les techniques de la prise de parole en public
- S'approprier les concepts fondamentaux de l'animation de réunion en les expérimentant

### Programme

- Les différents types de réunions, les 3 fonctions
- Les phénomènes de groupe, le rôle des acteurs
- La communication en groupe : les 7 conditions pour une interaction politique
- Les conditions pour réussir à faire produire un groupe
- La préparation d'une réunion : la logistique de base
- Les points clés à respecter pendant et après la réunion
- Les techniques d'animation : les fondamentaux

#### Travailler sur la forme

- La prise de parole en public, investir le rôle de l'animateur, travailler la voix, travailler la gestuelle

#### Appliquer le fond et la forme

- Animer une réunion d'inclusion

### Méthodologie

Apports théoriques  
Training, exercices

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1120€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Gérer le stress au travail

Réf-MG-10-19

**Public** Tout le personnel

### Objectifs pédagogiques

- Connaître les mécanismes du stress
- Savoir gérer ses émotions et ses réactions
- Améliorer sa résistance au stress

### Programme

- La connaissance du stress
- L'auto-diagnostic pour mieux l'appréhender
- Le développement de la confiance en soi
- La mise en place d'actions individuelles pour mieux gérer son stress

### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 890€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

Public

Tout professionnel

## Objectifs pédagogiques

- Reconnaître les facteurs environnementaux et internes susceptibles de mener au burn-out
- Reconnaître les symptômes
- Développer ses ressources personnelles par une meilleure confiance en soi
- Construire des réponses collectives

## Programme

### Le burn-out, ou l'épuisement professionnel

- Définition et symptômes
- Le burn-out, la dépression : quelques différences
- La société actuelle et son mode de productivité : des conséquences potentiellement néfastes pour l'homme

### Un épuisement lié au stress

- Les mécanismes du stress : fonctionnement cognitif
- Effets du stress sur l'organisme
- Comprendre le fonctionnement du stress

### Le syndrome du burn-out

- Distinction symptôme/syndrome
- Reconnaître les signes
- Percevoir les conséquences de la surcharge de travail (sur son lieu de travail, avec son équipe, ses patients, en famille, ...)

### Différents moyens de prévention de l'épuisement professionnel

- Améliorer la communication au sein de son équipe de travail
- L'autoanalyse pour mieux appréhender l'épuisement, s'accorder des temps de repos, être à l'écoute de son corps
- Les méthodes d'apaisement du stress (sport, dessin, sophrologie, hypnose, acupuncture, TCC...)

## Méthodologie

Apports théoriques  
Training, exercices

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 690€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Instaurer un climat de travail stimulant

Réf-MG-13-19

**Public** Salariés et encadrants

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre le fonctionnement de la mobilisation et ses leviers d'action : motivation, leadership, mobilisation
- Analyser les situations de travail en équipe (dynamique d'équipe) : celles qui réussissent et celles qui échouent
- Mettre en application des outils pour se mobiliser (salariés) - pour mobiliser (encadrants)
- Associer du travail stimulant vers une qualité de vie

### Programme

- Qu'est-ce que la mobilisation : de la motivation à la mobilisation
- L'équipe : forces et dynamiques
- Les situations de travail engendrant la démobilitation
- La mobilisation d'un processus dynamique
- Les leviers de la mobilisation

### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 490€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Gérer l'agressivité et les conflits

Réf-MG-11-19

**Public** Salariés en charge d'accueillir du public, clients ou visiteurs, de manière occasionnelle ou régulière, dans tous les secteurs d'activité

### Objectifs pédagogiques

- S'approprier des outils d'analyse de situations et de communication pour faciliter les relations et transformer des situations compliquées en actions positives
- Connaître les techniques d'écoute et de communication adaptées aux situations stressantes des relations
- Savoir décoder les mécanismes d'agressivité et apprendre à gérer ses émotions

### Programme

#### Les différentes communications

- L'agressivité et la violence
- Les différents obstacles à la communication

#### Le rôle des émotions

- Les techniques d'affirmation de soi
- Les réactions émotionnelles face à la personne agressive

#### La gestion des conflits

- Les différents comportements dans les situations compliquées
- Les six étapes de la résolution de conflits
- La méthode gagnant-gagnant

### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1290€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public****Professionnels qui exercent ou qui vont exercer au sein d'une équipe mobile****Objectifs pédagogiques**

- Appréhender les missions d'un dispositif d'équipe mobile
- Définir l'organisation du service, le fonctionnement de l'équipe et le rôle de chacun
- Identifier les lieux ressources et les différents partenaires
- S'approprier une méthodologie d'accompagnement des personnes dans un dispositif qui met en jeu la discontinuité des liens et l'intensité des troubles
- Organiser le travail de coopération avec les partenaires

**Programme**

- L'accompagnement d'une équipe mobile : de la finalité institutionnelle à l'objectif opérationnel
- La mise en relief d'une cohérence dans l'accompagnement : assurer la continuité de l'accompagnement
- Le travail en équipe : la construction d'une vision opérationnelle d'une équipe interdisciplinaire

**Méthodologie**

Apports théoriques  
Analyse de situations

**Modalités**

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

**Coût pédagogique**

Inter : 1190€ par stagiaire  
Intra : nous contacter



# ACCOMPAGNEMENT DES ORGANISATIONS

**Public** **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Identifier les différents types de documents de l'établissement
- Comprendre les enjeux de la gestion documentaire
- Concevoir ses outils de gestion documentaire
- Savoir respecter la réglementation

### Programme

- Intégrer la problématique propre à la gestion des documents
- Identifier les différents types de documents de l'établissement
- Traiter intellectuellement et physiquement un document
- Organiser ses espaces documentaires
- Maîtriser les outils et méthodes fondamentaux
- Savoir archiver ses documentations : respecter la législation et les durées de conservation

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1220€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Accueil du public

Réf-SS-02-19

**Public** **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les principes de l'accueil du public dans un établissement public ou privé
- Orienter, renseigner les clients internes et externes et s'assurer d'avoir répondu aux attentes
- Engager une relation positive et de qualité pour valoriser l'image de la structure
- Appréhender ou revoir les techniques d'accueil professionnelles

### Programme

- Maîtriser sa communication et développer une attitude professionnelle en face à face ou par téléphone
- Orientation, organisation et accueil du public
- Rappel des outils et méthodes professionnels de l'accueil

### Méthodologie

Apports théoriques et pratiques  
Jeux de rôles

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 990€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public**    **Tout public**

### Objectifs pédagogiques

- Développer les capacités d'écoute pour optimiser les relations professionnelles dans les différentes situations de communication
- Structurer l'échange d'informations dans l'attente d'un résultat recherché par l'encouragement et la situation

### Programme

#### Les dimensions de l'écoute

- Diagnostic de la réceptivité et de l'ouverture de soi aux autres
- La mesure de la qualité d'un feed-back par les réactions positives suscitées chez l'interlocuteur
- Qu'est-ce que l'écoute active ?

#### L'écoute et son cadre de référence

- Grille d'analyse de la représentation de chacun
- Identification des critères de tri de l'information

#### Les techniques de l'écoute active

- Connaissance et utilisation des différentes attitudes

#### Retour d'expériences

- Identification des stratégies gagnantes et de celles qui ont montré des limites
- Analyse mutuelle des processus et diagnostic

Méthodologie	Modalités	Coût pédagogique
Apports théoriques	Durée : 2 jours	Inter : 1250€ par stagiaire
Travaux en sous-groupes	Effectif : maximum 12	Intra : nous contacter

# Risques psycho sociaux : de l'identification à la prévention

Réf-AO-07-19

**Public**    **Encadrants et salariés**

### Objectifs pédagogiques

- Clarifier la notion de RPS, le cadre légal et les facteurs de risques psycho-sociaux
- Repérer les leviers et les outils qui permettent d'agir sur les causes et les pratiques
- Renforcer le bien-être au travail, source d'attractivité et de motivation

### Programme

- Les risques psycho-sociaux : définitions et repères réglementaires
- Identifier les facteurs de risques au quotidien
- La démarche de prévention

Méthodologie	Modalités	Coût pédagogique
Apports théoriques	Durée : 2 jours	Inter : 1290€ par stagiaire
Mise en situation	Effectif : maximum 12	Intra : nous contacter

Public

Tout public

Objectifs pédagogiques

- Acquérir la maîtrise d'un ou plusieurs logiciels de la suite Microsoft Office

Programme

- Découverte du PC
- Windows
- Word : fonctions de base et fonctions avancées
- Excel : fonctions de base et fonctions avancées
- PowerPoint
- Outlook
- Internet et messagerie

Méthodologie

Apports théoriques

Exercices pratiques

Modalités

Durée : 4 jours

Effectif : maximum 12

Coût pédagogique

Inter : 1700€ par stagiaire

Intra : nous contacter

**Public** Tout public de niveau débutant

## Objectifs pédagogiques

- Les fonctions de base de Word
- Les fonctions de base d'Excel
- Les fonctions de base de PowerPoint
- Internet et la messagerie électronique avec Outlook

## Programme

- **Les fonctions de base de Word**
- Se repérer dans l'environnement
- Gérer les caractères et les paragraphes
- Saisir, mettre en forme, sélectionner et corriger des textes
- Vérifier l'orthographe
- Mettre en page, enregistrer et imprimer un document
- **Les fonctions de base d'Excel**
- Saisir, mettre en forme un tableau, un imprimé, un planning
- Écrire des formules de calculs
- Recopier des cellules, des formules
- Créer un graphique, l'habiller
- Mettre en page, enregistrer et imprimer
- **Les fonctions de base de PowerPoint**
- Se familiariser à l'environnement PowerPoint et gérer ses documents
- Concevoir et mettre en des diapositives
- Projeter un diaporama
- Définir l'impression d'un diaporama
- **Internet et messagerie électronique avec Outlook**
- Présentation d'Internet et du courrier électronique
- Se connecter et naviguer sur le web, les adresses, les liens
- Envoyer et recevoir un e-mail

### Méthodologie

Apports théoriques

Jeux de rôles

### Modalités

Durée : 5 jours

Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1250€ par stagiaire

Nous contacter

**Public** Directeurs, chefs de projet

## Objectifs pédagogiques

- Concevoir un projet, planifier les actions à mener
- Animer et piloter un projet dans le cadre de sa fonction
- Appréhender la dynamique de groupe dans le cadre du projet

## Programme

### Séquence 1 : Les enjeux du projet dans son contexte

- Approche systémique du secteur

### Séquence 2 : La méthodologie du projet

- Définir, structurer, organiser, suivre et évaluer le projet
- Construire les critères et les indicateurs en lien avec le contenu du projet

### Séquence 3 : La conduite, l'animation et la communication du projet

- La constitution d'un groupe projet : quels acteurs pour quelles implications
- Les techniques d'animation : la production, la facilitation, la régulation

## Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

## Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 1195€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Gérer son système d'information

Réf-AO-02-19

**Public** Personnels administratifs responsables de services

## Objectifs pédagogiques

- Intégrer la problématique propre à la gestion des documents
- Identifier le contenu et les différents types de documents de son établissement
- Caractériser les documents et les informations pour les classer et les retrouver
- Structurer efficacement ses dossiers et sous-dossiers
- Construire un plan de classement et des outils de gestion et d'archivage des documents

## Programme

- Les fondamentaux de la gestion documentaire
- Analyser le besoin de gestion des informations (pour soi, pour autrui)
- Les dossiers, sous-dossiers et documents
- Construire son plan de classement papier ou électronique
- Savoir s'organiser au quotidien

## Méthodologie

Apports théoriques  
Exercices pratiques

## Modalités

Durée : 3 jours  
Effectif : maximum 12

## Coût pédagogique

Inter : 1890€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Méthodologie pour l'élaboration d'un projet de soins

Réf-AO-04-19

**Public** Equipes soignantes, paramédicales et éducatives

### Objectifs pédagogiques

- Connaître le cadre méthodologique d'élaboration du projet de soins
- Construire une démarche commune d'élaboration, de mise en œuvre et de suivi

### Programme

#### La démarche d'élaboration du projet

- Diagnostic de l'existant, propositions des équipes et échanges avec les professionnels de soins

#### Analyse de l'existant

- Les atouts et les points à améliorer

#### Structure d'un projet de soins infirmiers

- Les objectifs et les buts
- Les actions en lien avec le rôle de l'infirmier
- Définir les critères d'évaluation
- Evaluer les résultats et réajuster les actions de soins

#### Axes de travail

- La prévention
- La continuité des soins
- La prise en charge
- L'accompagnement des résidents en fin de vie
- La dynamique du projet de soins

### Méthodologie

Apports théoriques  
Exercices pratiques

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1680€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

## Sensibilisation à la Qualité de Vie au Travail

Réf-AO-08-19

**Public** Tout professionnel

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre les repères et les enjeux de la QVT
- Définir la notion de QVT
- Appréhender la démarche de QVT
- Identifier des axes de progrès à accomplir en matière de qualité de vie au travail au sein de l'établissement

### Programme

- Partage d'un référentiel conceptuel commun
- La démarche de QVT

### Méthodologie

Apports théoriques  
Mise en situation

### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

### Coût pédagogique

Inter : 1390€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

**Public**

**Personnels de direction (directeurs, responsables de services)**

### Objectifs pédagogiques

- Intégrer les aspects juridiques et réglementaires liés aux systèmes d'informations des patients/usagers dans le secteur ESSMS
- Faire un état des lieux des risques encourus dans son établissement
- Mettre en place les premières étapes d'une démarche de sécurisation et de protection des données
- Renforcer la responsabilité des professionnels et leur rôle dans la démarche

### Programme

#### La société de l'information aujourd'hui

- Le contexte de la transaction numérique
- Les enjeux pour son établissement
- Les personnes liées aux technologies de l'information

#### Le RGPD : ce qui change pour les professionnels

- Périmètre et principes fondamentaux
- Les acteurs et les responsabilités respectives
- Focus sur les points propres à son établissement

#### Les étapes essentielles pour se mettre en conformité

- Les 6 étapes clé de la mise en conformité
- Les impacts de cette mise en conformité
- La boîte à outils et la feuille de route pour respecter la réglementation

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 1490€ par stagiaire  
Intra : nous contacter

# Faire face au risque de burn-out des collaborateurs

Réf-AO-06-19

**Public**

**Encadrants**

### Objectifs pédagogiques

- Détecter les signes de stress et d'épuisement professionnel
- Identifier les sources professionnelles et pouvoir agir
- Accompagner les collaborateurs en souffrance
- Améliorer la performance de ses collaborateurs en améliorant leur qualité de vie au travail

### Programme

- Prendre en compte la complexité du burn-out
- Repérer les manifestations de l'épuisement professionnel
- Repérer les situations de travail pouvant causer le burn-out
- Définir les plans de prévention et d'action

#### Méthodologie

Apports théoriques  
Analyse de situations

#### Modalités

Durée : 2 jours  
Effectif : maximum 12

#### Coût pédagogique

Inter : 1390€ par stagiaire  
Intra : nous contacter