

# Catalogue de formations

2023-2024



Formations dispensées par :

Christine BUES  
Jean-Hervé DUPONT



# INTRODUCTION

**NOTRE MISSION : VOUS ACCOMPAGNER**

**MEET YOUR SKILLS** est expert dans l'accompagnement des personnes et des collectifs.

## **Notre objectif :**

Favoriser une montée en compétences de chacun (dirigeants, managers, collaborateurs) et faciliter les transformations (managériales, culturelles, organisationnelles) de manière durable et authentique.

**Notre philosophie** est structurée autour de l'adaptation et de la qualité.

Toutes les formations sont ajustées à votre contexte et vos objectifs

Nous utilisons des méthodologies innovantes et variées pour faciliter la dynamique de groupe

## **Qui sommes-nous ?**

MEET YOUR SKILLS est un organisme de formation HPA

**H** pour humanisme – nous sommes intimement convaincu que chacun est important et que nous avons tous un talent à mettre au service du collectif

**P** pour partage – nous croyons dans la force des échanges et l'impact d'un collectif soudé

**A** pour authenticité – nous vous accompagnons avec ce que nous sommes et dans le respect de ce que vous êtes.

## **NOTRE COEUR DE MÉTIER**

**Nos thèmes de prédilection :** management, leadership, dynamique d'équipe, relation partenariale.

**MEET YOUR SKILLS** vous propose de prendre du recul par rapport à votre quotidien et ses problématiques, et d'ouvrir ainsi des perspectives concrètes pour faire autrement et gagner en efficacité !

Faciliter le changement, dégripper les curseurs et gagner du temps et de l'énergie, retrouver du sens, se révéler, gagner en confiance individuellement et dans le collectif, capitaliser sur ses expériences pour oser faire différemment et innover...c'est tout cela que nous vous proposons !

## **Voici quelques exemples de thématiques de formations réalisées :**

Devenir une équipe performante, Développer son leadership, Ajuster et optimiser sa posture managériale, Instaurer et consolider des relations partenariales de qualité, Impulser une nouvelle dynamique managériale, Développer une culture santé au sein des entreprises, Agilité comportementale et relationnelle pour gagner en efficacité, Révéler son potentiel...

Mais aussi : Gagner en efficacité au quotidien, Optimiser sa communication, Animer une réunion, Gérer un projet, Prise de parole en public, Prendre des décisions, Renforcer la confiance en soi, Accompagnement à la prise de fonction...

Toutes nos interventions peuvent être complétées dans une logique de suivi et d'approfondissement (journée de capitalisation des pratiques, ateliers de co-développement, coaching individuel et/ou collectif...).

Ce catalogue de formation est conçu comme une illustration de thématiques possibles d'intervention en individuel comme en collectif.

**Nous sommes à votre écoute pour définir ensemble une intervention ajustée à vos attentes !**

# QUI SOMMES-NOUS ?



**Jean-Hervé DUPONT**

consultant-formateur, coach  
professionnel  
(certifié Élément Humain®)

“Fort d’une expérience de cadre dirigeant d’une dizaine d’années, j’ai développé une appétence particulière pour les thématiques managériales et le « bien travailler ensemble ». Lorsque j’étais en responsabilités, j’ai apprécié fédérer et mobiliser mes équipes autour d’objectifs ambitieux tout en veillant à ce que chacun se sente partie intégrante du collectif et déploie pleinement ses compétences.

Mon leitmotiv ? Impulser une dynamique collective en s’appuyant sur les talents de chacun pour améliorer la performance économique et sociale de l’entreprise !

Je m’appuie sur des méthodes favorisant la créativité individuelle et collective ; faire émerger les solutions par le collectif est source d’une plus grande performance et de transformations durables et profondes.”



**Christine BUES**

médecin, consultante-formatrice,  
coach professionnel (certifié  
Élément humain® et MBTI)

“Dirigeante de laboratoires d’analyses médicales depuis plus de vingt ans, j’ai managé de nombreuses équipes santé. Cette expérience professionnelle, dans un contexte souvent de gestion d’urgences médicales, et de gouvernance partagée, m’a menée à trouver des outils de management pour soutenir et développer des équipes performantes et engagées.

Agile, très soucieuse du collectif et de la qualité des relations humaines au sein d’une équipe, je me suis attachée à apprendre et à transmettre tout ce que j’ai intégré en termes de dynamique d’équipe, de cohésion au sein d’une direction partagée.

Je continue à diriger des équipes santé et accompagne ou forme des dirigeants, des associés, des managers sur les clés relationnelles dans une équipe et les comportements de santé en entreprise.”

# L'ENGAGEMENT QUALITÉ MEET YOUR SKILLS

**MEET YOUR SKILLS** est un organisme de formation & un centre de bilan de compétences labellisé QUALIOPi depuis sa création.

Dans ce cadre, nous sommes engagés à fournir des prestations et un accompagnement toujours plus qualitatif !



Toutes nos formations font l'objet :

- d'échanges préalables avec vous, pour ajuster le cas échéant la prestation à vos objectifs, votre contexte professionnel, votre culture d'entreprise.
- de la transmission d'une feuille d'émargement et de certificats de réalisation pour chaque participant
- d'une évaluation ex ante de la connaissance ou des compétences des participants (si nécessaire)
- d'une évaluation par questionnaire systématique ex post de la prestation et du formateur



Nos interventions sont accessibles à toutes les personnes en situation de handicap.  
Un échange préalable permet d'évoquer les éventuelles situations à prendre en compte.  
Nous disposons d'un réseau de partenaires, acteurs dans le domaine du handicap,  
facilitant ainsi l'accessibilité de nos prestations !



**QUALIOPi**

- **Entreprise** : financer les formations par votre plan de développement de compétences ou par votre OPCO
- **Particulier** : utilisez votre CPF pour financer votre bilan de compétences

# ILS DISENT DE NOUS...

## BILAN DE COMPÉTENCES

”

**Didier**

★★★★★

Ce bilan a été réellement profitable. Il m'a permis de "faire le tri" dans mes différentes aspirations professionnelles, de prendre confiance en mon savoir-être et de prendre conscience de mon savoir-faire.

”

**Anne-Laure**

★★★★★

Faire appel à MYS pour faire un point sur ma situation professionnelle a été une des meilleures décisions de l'année !

”

**Marine**

★★★★★

Grâce à cet accompagnement sur mesure, j'ai pu reprendre pied et me relancer dans un nouveau projet.

”

**Marie-Laure**

★★★★★

Merci au consultant pour ses fines analyses, pour m'avoir poussé dans mes retranchements, pour sa bienveillance, son professionnalisme.

”

**Anonyme**

★★★★★

Le consultant a été, à chaque étape du bilan, à l'écoute de mes besoins, questionnements et a su introduire les outils et méthodologies adaptés. Le parcours a été intégralement personnalisé et respectueux de mon rythme de réflexion.

# ILS DISENT DE NOUS...

## FORMATION AU LEADERSHIP



**Yoann**



Formation à recommander !



**Anne-Laure**



Une formation puissante qui a permis une très belle évolution de la posture professionnelle

## FORMATION RELATION PARTENARIALE



**Émilie**



Merci beaucoup pour cette formation qui donne des outils pour être dans la construction et l'échange, quelque soit la situation rencontrée



**Jean-Luc**



Formation formidable et passionnante. Dynamique, riche, pertinente et complète

# ILS DISENT DE NOUS...

## FORMATION GESTION DE PROJET



**Élodie**



Une formation alternant judicieusement apports théoriques et activités en sous-groupes. De nombreux échanges entre participants. Très instructif. Un accompagnement de qualité avec un formateur impliqué.

## FORMATION MANAGER



**Zahra**



Formation très intéressante, adaptée aux situations vécues. De nombreux outils et méthodes de management seront directement applicables. Échanges nombreux dans le groupe.



**Damien**



Formateur à l'écoute et impliqué. Les objectifs de la formation sont atteints.  
Merci !

# ILS NOUS FONT CONFIANCE EN 2023...

## ENTREPRISE



Association nationale  
pour la formation permanente  
du personnel hospitalier



Roi  
Morvan  
Communauté



## INDÉPENDANTS

Cabinet  
médical



## QUELQUES CHIFFRES

- + 90 % de clients (particuliers / entreprises) très satisfaits de MEET YOUR SKILLS
- 100 % de clients très satisfaits des relations avec les consultants de MEET YOUR SKILLS
- 100 % de clients recommandent MEET YOUR SKILLS

# FACILITER L'EFFICACITÉ PERSONNELLE ET PROFESSIONNELLE

## Optimiser son organisation au quotidien

**L'efficacité personnelle et professionnelle** est une des principales sources de **performance** au quotidien. La capacité de chacun à gérer son temps, à s'organiser, à anticiper est essentielle pour à la fois être **efficace** et à **l'aise dans ses missions**.

Cette formation vous propose de mettre en perspective **vos** **efficacité actuelle** et de **définir vos axes de développement**. De nombreux apports et outils vous seront présentés.



### N° 01 - Formateur - Dates et lieux

**Formateur** : Jean-Hervé Dupont  
**Dates et lieux** à définir ensemble  
**Durée** : 1 jour (7 heures)



### N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, salariés, associés



### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 8 personnes  
Aucun pré-requis nécessaire



### N° 05 - Modalités pédagogiques

Apports théoriques, activités en collectif et en sous-groupes, analyse de cas pratiques, feedback personnalisés, mises en situation. Une approche participative et collaborative est impulsée par le formateur au bénéfice du groupe. Le support de présentation sera mis à disposition de chaque participant.



### N° 03 - Tarif

Devis sur demande



### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Identifier les points forts et les axes de développement de votre organisation personnelle
- ✓ Prendre connaissance et expérimenter des outils et méthodes d'optimisation
- ✓ Distinguer les différentes facettes de l'efficacité personnelle et professionnelle : gestion du temps, gestion du stress, anticipation, formalisation sélective, délégation...

### Programme :

#### J1



- ✓ Réalisation d'un bilan au jour J de votre efficacité, dans une logique d'auto-évaluation
- ✓ Analyse de pratiques, feedbacks individualisés et collectifs
- ✓ Apports théoriques (analyse systémique de l'efficacité, apports nouveaux des neurosciences)
- ✓ Elaboration d'un plan d'action individuel pour une mise en application postérieure à la formation



**Variante de cette formation** : gestion du temps, gestion des priorités, faire face à la pression du quotidien, gérer son temps en télétravail

# DÉVELOPPER SON LEADERSHIP LORS D'ANIMATION DE RÉUNIONS

## Animer une réunion

L'animateur d'une réunion joue **un rôle primordial** dans **le bon déroulé** d'une séance collective et dans **l'efficacité** de ce temps fort (au sein d'un service, entre pairs, avec des partenaires internes et/ou externes...). Une **posture professionnelle ajustée** et des **méthodes d'animation renouvelées** sont les garants de réunions **percutantes** et source **d'évolutions positives** pour le **collectif**.



### N° 01 - Formateur - Dates et lieux

#### Formateurs et coachs professionnels :

Christine Bues ou Jean-Hervé Dupont

Dates et lieux à définir ensemble

Durée 2 jours (14 heures)



### N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, salariés, associés



### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 8 personnes

Aucun pré-requis nécessaire



### N° 05 - Modalités pédagogiques

Support numérique, livret, apports théoriques et pratiques, mise en situation, activités en collectif et en sous-groupes en s'appuyant sur la dynamique collective, expérimentation à partir de jeux originaux, feedback personnalisés.



### N° 03 - Tarif

Devis sur demande



### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Identifier les points forts et les axes de développement de votre posture d'animateur
- ✓ Gagner en confiance en tant qu'animateur de réunions
- ✓ Acquérir des outils et méthodes spécifiques pour renouveler sa pratique.

### Programme :

#### J1

- ✓ Réaliser un bilan de sa posture d'animateur dans une logique d'auto-évaluation
- ✓ Identifier les séquences clés d'une réunion
- ✓ Intégrer les principales postures d'animation et leurs incidences sur le collectif
- ✓ Expérimenter de nouveaux outils et méthodes



#### J2

- ✓ Détecter les principaux écueils des mauvaises réunions
- ✓ Gérer des réunions conflictuelles
- ✓ Identifier les 4 rôles délégués en réunion pour aboutir à des prises de décisions pertinentes, mobilisatrices et qui facilitent l'action
- ✓ Faciliter l'interaction entre ces rôles pendant la réunion
- ✓ Déterminer un plan d'action individuel pour développer ses compétences



**Variante de cette formation :** savoir argumenter pour convaincre, gérer les échanges lors de débats conflictuels, valoriser son image professionnelle par sa prise de parole

# LE LEADERSHIP MANAGÉRIAL PAR LA DÉMARCHE DE L'ÉLÉMENT HUMAIN®

## Devenir manager leader

La démarche **Élément humain®** est une approche systémique du développement de la personne qui fait le **lien** entre **estime de soi, performance individuelle et réussite collective**. Le **manager leader** est en mesure de **développer une posture managériale** et des **relations partenariales de qualité** dès lors qu'il prend pleinement **conscience** de ses **motivations et modes de fonctionnement**. Cette formation est une invitation à **développer le potentiel** des individus et des équipes dans l'entreprise.



### N° 01 - Formateur - Dates et lieux

**Formateurs et coachs professionnels certifiés Élément Humain®** : Christine Bues & Jean-Hervé Dupont  
**Dates et lieux** à définir ensemble  
**Durée** : 2 jours (14 heures)



### N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, salariés, associés... Toute personne qui souhaite développer son potentiel managériale en tant que leader



### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 9 personnes  
Aucun pré-requis nécessaire



### N° 05 - Modalités pédagogiques

une approche participative et collaborative est impulsée par le formateur au bénéfice du groupe et de chaque participant. Différentes modalités sont mobilisées : auto-perception, feedback, imagerie mentale, activités corporelles



### N° 03 - Tarif, Délai, Modalités d'accès

Conditions tarifaires : 800 € / personne  
Début de la prestation sous 1 mois  
Modalités d'accès : inscription via [meetyourskills@gmail.com](mailto:meetyourskills@gmail.com)



### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.



L'accessibilité : lors d'un échange préalable, nous évoquerons les adaptations nécessaires.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Développer son potentiel à partir d'une meilleure connaissance de ses motivations et son mode de fonctionnement
- ✓ Comprendre ses comportements et leur impact sur les relations
- ✓ Faire des choix et prendre des décisions de manière éclairée
- ✓ Développer des relations authentiques, savoir se dire les choses pour régler les
- ✓ Conflits, favoriser un climat de confiance
- ✓ Développer sa flexibilité relationnelle
- ✓ Identifier ses mécanismes de défense

### Programme :



#### J1 - Exploration des concepts-clés d'ouverture & de choix

- ✓ Expérimenter les outils d'ouverture et d'écoute dans sa relation à l'autre,
- ✓ Faciliter une communication co-responsable
- ✓ S'approprier une méthode d'analyse de ses choix pour prendre des décisions éclairées et appropriées

#### J2 - Module Comportements, Module Mécanismes de défense

- ✓ Découvrir les concepts relationnels d'inclusion, de contrôle et d'ouverture
- ✓ Comprendre ses comportements préférentiels dans une équipe et leurs impacts sur la productivité du groupe, repérer les mécanismes qui entravent la performance collective.
- ✓ Développer un regard positif et capacitaire



**Variante de cette formation** : améliorer les relations en équipe, développer la performance collective en instaurant un climat de confiance, résoudre les conflits en équipe, assurer un développement de carrière ajusté à chacun

# LES CLÉS DE LA PERFORMANCE COLLECTIVE

## PAR LA DÉMARCHE DE L'ÉLÉMENT HUMAIN®

La **démarche Élément humain®** est une approche systémique du développement de la personne qui fait le lien entre **estime de soi, performance individuelle et réussite collective**. Elle vise à **développer le potentiel** des individus et des équipes dans l'entreprise. L'objectif est d'améliorer l'efficacité de chacun et des équipes en **améliorant la qualité des relations interpersonnelles** et en créant un climat de **confiance** et **d'ouverture**.



### N° 01 - Formateur - Dates et lieux

Formateurs et coaches professionnels certifiés **Élément Humain®** : Christine Bues & Jean-Hervé Dupont

Dates et lieux à définir ensemble

Durée : 7 jours (4+3)



### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 12 personnes

Aucun pré-requis nécessaire



### N° 03 - Tarif

Devis sur demande



### N° 04 - Public visé

tout collectif (dirigeants, managers, équipes...)



### N° 05 - Modalités pédagogiques

Auto-perception, feedback, auto-diagnostic (questionnaire), imagerie mentale (visualisation), activités corporelles



### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Développer des relations authentiques, savoir se dire les choses pour régler les conflits, favoriser un climat de confiance (niveaux d'ouverture et d'écoute)
- ✓ Comprendre les motivations de son comportement, de ses ressentis et l'impact sur les relations aux autres
- ✓ Faire des choix et prendre des décisions de manière éclairée
- ✓ Développer sa flexibilité relationnelle
- ✓ Identifier ses mécanismes de défense
- ✓ Partager une culture commune et créer les conditions d'une performance collective durable

### Programme :



**J1 à J4** - Exploration des concepts-clés d'ouverture, d'écoute & de choix, modules comportement, ressentis et estime de soi, module mécanisme de défense

**J5 à J7** - Exploration des notions de compatibilité et de centralité. Savoir prendre des décisions durables par la méthode de la concordance. Identification des phases de développement d'une équipe et caractéristiques du rôle du leader.

# DÉVELOPPER ET NOURRIR DES RELATIONS PARTENARIALES DE QUALITÉ

Parce que nous sommes tous en lien avec **d'autres acteurs au quotidien**, il est essentiel d'**instaurer**, de **développer** et **nourrir** des relations partenariales de qualité. Qu'il s'agisse de **partenaires internes** (autres Directions, pairs managers...) ou de **partenaires externes** (clients, pouvoirs publics, associations, fournisseurs...), une **posture partenariale** ajustée **facilite** les **relations** et l'**atteinte des objectifs** de votre mission.



## N° 01 - Formateur - Dates et lieux

Formateurs et coachs professionnels certifiés **Élément Humain®** : Christine Bues & Jean-Hervé Dupont

Dates et lieux à définir ensemble

Durée : 2 jours (14 heures)



## N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 10 personnes  
Aucun pré-requis nécessaire



## N° 03 - Tarif

Devis sur demande



## N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, associés...toute personne qui souhaite développer une posture managériale renouvelée.



## N° 05 - Modalités pédagogiques

support numérique, apports théoriques et pratiques. activités en sous groupes, études de cas, feedback personnalisés



## N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Développer son agilité comportementale et relationnelle, sa capacité à travailler en interaction avec les partenaires
- ✓ Identifier les conditions de mise en place d'une relation partenariale durable de qualité
- ✓ Appréhender les enjeux et intérêts de chacun des partenaires et les mettre en perspective par rapport aux vôtres
- ✓ Mobiliser les partenaires dans un contexte donné en identifiant des leviers de mobilisation adaptés
- ✓ Gérer les relations du quotidien avec vos partenaires et adapter la représentation de votre collectif auprès de vos partenaires

### Programme :



#### J1

- ✓ Enjeux, postures et interactions dans la relation partenariale
- ✓ Construire une relation partenariale de qualité

#### J2

- ✓ Faire vivre vos partenariats au quotidien
- ✓ Établir un plan d'actions personnalisé à votre contexte

# ÉVEILLER DES COMPORTEMENTS DE SANTÉ APPROPRIÉS

## Préserver sa santé au travail

### Module 1

La **santé en entreprise** est vecteur de **performance**. Elle représente **un sujet central** tant au niveau **individuel et collectif**, en raison de ses **impacts** sur **l'efficacité** et la **productivité**. **Stress, surcharge mentale, épuisement professionnel** constituent les **risques psychosociaux** les plus rencontrés dans les organisations.

**Sensibiliser, former** les personnes à la **prévention** de leur **propre santé en entreprise** c'est développer une **culture santé** dans les organisations propice à une **meilleure efficacité individuelle et collective**, éveiller des **comportements choisis et appropriés** pour concilier **santé et productivité**, promouvoir une **responsabilité partagée** en encourageant un **changement continu, positif** qui intègre la **santé** dans la **gestion des équipes**.



#### N° 01 - Formateur -Dates et lieux

Formatrice et coach professionnelle certifiée  
Élément humain: Christine Bues  
Dates et lieux à définir ensemble  
Durée 2 jours (14 heures)



#### N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, entrepreneurs, indépendants, associés



#### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 9 personnes  
Aucun pré-requis nécessaire



#### N° 05 - Modalités pédagogiques

Auto-perception, feedback, auto-diagnostic (questionnaire), imagerie mentale (visualisation), activités corporelles



#### N° 03 - Tarif

Devis sur demande



#### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

### Éléments-clés :



#### Objectifs :

- ✓ Appréhender la place de sa santé et de ses impacts en tant que responsable dans son entreprise / activité
- ✓ Acquérir plus de conscience de soi dans sa relation à sa santé. Explorer ses comportements santé dans son activité de travail et ses mécanismes de défense.
- ✓ Identifier des leviers de changement pour éveiller des comportements de santé clairs, ouverts et appropriés.



#### Programme :

##### J1

- ✓ Mise en perspective de la place de la santé et de ses impacts pour l'individu et le collectif
- ✓ Identifier ses attitudes défensives vis-à-vis de sa santé: repérer les comportements réflexes en particulier en cas de stress ou d'activation de peurs, explorer sa santé idéale et le concept d'ouverture à soi

##### J2

- ✓ Comprendre ses comportements actuels face à sa santé: introduction des 3 dimensions de sa relation à la santé: inclusion, contrôle, ouverture. Éveiller des leviers comportementaux pour concilier santé, productivité et performance.

# ÉVEILLER DES COMPORTEMENTS DE SANTÉ APPROPRIÉS

## Préserver sa santé au travail

### Module 2

La **santé en entreprise** est vecteur de **performance**. Elle représente **un sujet central** tant au niveau **individuel** et **collectif**, en raison de ses **impacts** sur **l'efficacité** et la **productivité**. **Stress**, **surcharge mentale**, **épuisement professionnel** constituent les **risques psychosociaux** les plus rencontrés dans les organisations.

**Sensibiliser, former** les personnes à la **prévention** de leur **propre santé en entreprise** c'est développer une **culture santé** dans les organisations propice à une **meilleure efficacité individuelle** et **collective**, éveiller des **comportements choisis** et **appropriés** pour concilier **santé** et **productivité**, promouvoir une **responsabilité partagée** en encourageant un **changement continu, positif** qui intègre **la santé** dans la **gestion des équipes**.



#### N° 01 - Formateur -Dates et lieux

Formatrice et coach professionnelle certifiée **Élément humain®** : Christine Bues  
Dates et lieux à définir ensemble  
Durée 2 jours (14 heures)



#### N° 04 - Public visé

Dirigeants, managers, entrepreneurs, indépendants, associés



#### N° 02 - Groupes & pré-requis

Groupe de 4 à 9 personnes  
Avoir suivi le module 1



#### N° 05 - Modalités pédagogiques

Apports théoriques, activités collectives



#### N° 03 - Tarif

Devis sur demande (intra /inter)



#### N° 06 - Moyens techniques

Paperboard, feutres, post-its, et tout autre support que le formateur jugera utile.

### Éléments-clés :



#### Objectifs :

- ✓ Créer les conditions favorables à une prise en compte durable et authentique de la santé dans le quotidien professionnel
- ✓ Identifier les leviers d'action pour la prise en compte de la santé dans la gestion du collectif
- ✓ Impulser une dynamique et favoriser des réflexes positifs propices au maintien et au développement de la santé individuelle et collective



#### Programme :

##### J1

- ✓ Analyser la notion de co-responsabilité et ses incidences
- ✓ Développer un regard capacitaire sur chacun
- ✓ Explorer l'effet Santé/Productivité autour de la notion de compatibilité d'atmosphère

##### J2

- ✓ Développer la vigilance pour soi et pour les autres
- ✓ La posture des membres du collectif : le manager leader et ses coéquipiers

# BILAN DE COMPÉTENCES

Faire le point, trouver sa voie, changer de métier, envie d'évoluer, se reconverter, valider un projet...les raisons pour se lancer dans un bilan de compétences sont nombreuses ! Nous vous proposons un accompagnement sur-mesure pour que ce bilan soit pleinement fructueux.



## N° 01 - Formateur - Dates et lieux

**Formateurs** : Une équipe de consultants professionnels et engagés en Bretagne (Rennes, Vannes, Lorient).

En France, nous disposons d'un réseau de partenaires de confiance.

**Dates et lieux** à définir ensemble (à distance ou en présentiel)

**Durée** : 24 heures maximum / plusieurs forfaits possibles



## N° 03 - Tarif

Devis sur demande



## N° 04 - Public visé

Toute personne en réflexion professionnelle



## N° 02 - Pré-requis

Aucun pré-requis nécessaire si ce n'est l'intention de mener une réflexion approfondie sur votre engagement professionnel.



## N° 05 - Modalités pédagogiques

Apports théoriques, activités en collectif et en sous-groupes, analyse de cas pratiques, feedback personnalisés, mises en situation. Une approche participative et collaborative est impulsée par le formateur au bénéfice du groupe. Le support de présentation sera mis à disposition de chaque participant.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



✓ Faire le point sur votre parcours, valoriser vos réussites, comprendre les choix faits, identifier vos motivations intrinsèques, appréhender vos modes de fonctionnement, définir une nouvelle trajectoire en fonction de vos objectifs, redonner du sens à votre engagement professionnel

### Programme :



Le bilan de compétences est séquencé en 3 temps :

- ✓ Une phase préliminaire (analyse de la demande, choix du forfait adapté et des modalités de réalisation du bilan, définition conjointe des objectifs du bilan) → entretien préalable gratuit
- ✓ Une phase d'investigation (rétrospective sur le parcours, exploration de la personnalité, des envies et motivations profondes, élaboration d'un ou plusieurs projets, enquêtes terrain...)
- ✓ Une phase de conclusion (définition d'un plan d'action, détermination des étapes pour la concrétisation du nouveau projet, identification d'une ou plusieurs formations possibles...)



**Les +** : une synthèse est remise à l'issue du bilan / un entretien de suivi à 6 mois pour faire le point sur l'avancée du nouveau projet / finançable par le CPF.

# BILAN PROFESSIONNEL OU BILAN DE CARRIÈRE



Variante



## N° 01 - Formateur - Dates et lieux

**Formateurs** : Une équipe de consultants professionnels et engagés en Bretagne (Rennes, Vannes, Lorient).

En France, nous disposons d'un réseau de partenaires de confiance.

**Dates et lieux** à définir ensemble (à distance ou en présentiel)

**Durée** : Plusieurs forfaits possibles



## N° 02 - Tarif

Le bilan professionnel peut être financé à titre personnel ou par l'entreprise dans le cas où le bilan professionnel est intégré dans le plan de développement des compétences.

## A quoi sert le bilan professionnel ou le bilan de carrière ?

### Objectifs :



#### Il est un bon moyen d'éviter la fuite des talents !

Au terme de l'accompagnement, l'objectif est d'aboutir à des pistes de mobilité interne réalistes à court ou moyen terme, en confrontant les attentes et aspirations du collaborateur avec les postes à pourvoir en interne.

- ✓ Le bilan professionnel est réalisé avec l'accord de l'employeur qui est partie prenante de la démarche.
- ✓ Le bilan professionnel répond à une problématique de mobilité interne.
- ✓ Le collaborateur souhaite évoluer et l'entreprise souhaite conserver son collaborateur.

### Le bilan professionnel c'est :

- Un outil de gestion de carrière dynamique orienté vers le changement
- Un temps de réflexion, une démarche volontaire et active
- Un outil d'aide à la décision pour valider un projet d'évolution, de formation, de mobilité, de reclassement...

# COACHING PROFESSIONNEL

*Mener une réflexion authentique et approfondie sur soi et son mode de fonctionnement, identifier et poser les conditions d'un épanouissement professionnel, prendre du recul pour faire face à une situation compliquée, envisager une pleine exploitation de son potentiel...les motivations pour se lancer dans un coaching professionnel sont nombreuses !*

**Coaching individuel ou coaching d'équipe, nous serons votre partenaire de confiance.**

**Le point de départ peut être variable :**

✓ **Individuel** : gestion d'une transition professionnelle, recherche d'une plus grande efficacité au travail, amélioration de son mode de management, développement d'une maîtrise de soi en situation professionnelle, gestion efficace de son temps au quotidien, prendre du recul par rapport à un quotidien chargé et stressant...

✓ **Collectif** : création / consolidation d'un collectif de travail, gestion des conflits, réflexion sur une organisation renouvelée, résoudre des problématiques de collaboration / d'association, apporter du liant dans un collectif en difficultés, faciliter les prises de décisions collectives, ajuster le positionnement de chacun...



## N° 01 - Formateur - Dates et lieux

**Formateurs et coaches certifiés** : Christine Bues ou Jean-Hervé Dupont

**Dates et lieux** à définir ensemble

**Durée** : à définir ensemble



## N° 03 - Tarif

Devis sur demande



## N° 02 - Groupes & pré-requis

Aucun pré-requis n'est nécessaire, si ce n'est une forte volonté de s'engager dans cette démarche d'accompagnement.



## N° 04 - Public visé

toute personne souhaitant développer son potentiel et réaliser un authentique travail d'introspection. Tout collectif qui est en recherche d'un accompagnement sur-mesure.

## Éléments-clés :

### Objectifs :



- ✓ Chaque coaching est unique. Un entretien préalable permet de poser le contexte et les raisons de la démarche.
- ✓ Les objectifs qui en découlent sont définis conjointement.
- ✓ Pour tout coaching intervenant à la demande de l'entreprise, une rencontre avec le commanditaire permet de définir le cadre d'intervention et de formaliser un contrat tripartite avec l'ensemble des personnes concernées. Les objectifs seront ainsi définis de manière partagée et concrète.