

CATALOGUE DE FORMATION 2023/2024



Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes : actions de formation.



Les engagements de SET UP Formation

SET UP Formation inscrit son offre de formation dans une démarche qualité d'amélioration continue et dans le respect des exigences des critères du décret qualité n°2019-565 du 6 juin 2019 relatif à la qualité des actions de la formation professionnelle continue.

Pour toute question relative à l'accessibilité de la formation pour une personne en situation de handicap, nous contacter :

formation@setup-cae.fr

Les obligations des formateurs de SET UP Formation

Conformément à la charte qualité signée avec l'organisme de formation, les formateurs de SET UP s'engagent à :

- Délivrer une formation adaptée aux besoins et compétences des publics formés.
- Adapter leurs méthodes pédagogiques aux objectifs de la formation et aux publics à former.
- S'assurer de l'existence d'un environnement favorable au développement des compétences des bénéficiaires de la prestation.
- Évaluer la qualité des formations qu'ils ont dispensées et tenir compte des appréciations des stagiaires afin d'améliorer leurs prestations.
- Favoriser l'engagement des bénéficiaires et prévenir les ruptures de parcours.

FORMATION - COMMUNICATION MARKETING

“ Comprendre les enjeux et se lancer dans les relations presse ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Utiliser la palette des outils de RP
- Organiser un plan de communication presse pour votre entreprise/activité.

Formation permettant de comprendre les attentes de la presse afin d'être en capacité de l'intégrer dans son plan de communication.

Formation pratique : au moyen d'exercices réalisés pendant la formation, les stagiaires pourront mettre en pratique les compétences acquises en lien avec la réalité de leurs besoins.

Contenu de la formation

- Découvrir le secteur de la Presse afin de comprendre les attentes du journaliste et ses particularités
- Cibler ses messages pour mieux atteindre ses objectifs
- Se familiariser avec les principaux outils existants
- Construire un communiqué de presse
- Créer un fichier presse
- Formuler ses priorités de communication presse
- Organiser un plan d'actions avec la presse
- Elaborer un calendrier d'actions

Formateur

Nathalie COSTA

Formatrice et consultante en communication presse

Durée de la formation

1 jour (soit 7 heures) en présentiel

Public visé

- Chefs d'entreprises (TPE-PME)
- Collaborateurs-trices amené.e.s à exercer des actions de communication dans ces structures

Prérequis

Avoir une sensibilité à la communication

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	92%
Contenu adapté	92%
Recommandations	96%
Acquisition nouvelles	
Compétences	88%

COMMUNICATION

Media training, améliorer sa prise de parole face à un.e journaliste



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Vous perfectionner au media-training
- Préparer vos rendez-vous avec les journalistes
- Formuler vos messages en amont

Les objectifs sont :

- Comprendre le mécanisme de l'interview presse
- Se préparer sur le fond et la forme à prendre la parole sereinement devant un.e journaliste,
- Délivrer un message qui corresponde à celui désiré.

Au moyen d'exercices de simulation, les stagiaires pourront mettre en pratique les compétences et bénéficier d'un feedback réaliste et constructif grâce à la participation d'un.e journaliste expérimenté.e.

Contenu de la formation

Jour 1

- S'intéresser aux médias de votre secteur
- Maîtriser les incontournables des médias : proximité, angle, esprit de synthèse
- Identifier les besoins et les contraintes des journalistes
- Identifier vos messages et les formuler (ce que le journaliste doit retenir de l'interview)
- Que faire en cas de demande d'interview : les questions à se poser avant
- Savoir à qui on parle (presse spécialisée / généraliste locale / nationale) Identifier
- Les sujets potentiellement délicats...

Jour 2

- Mises en situation avec un journaliste professionnel

Formateur

Nathalie COSTA

Formatrice et consultante en communication presse

Durée de la formation

2 jours (soit 14 heures)
en présentiel

Public visé

- Chefs d'entreprises,
- Responsables d'associations ou d'organisations professionnelles,
- Personnalités publiques.
- Directeurs de la communication
- porte-paroles d'entreprises

Prérequis

Savoir prendre la parole en public

Tarif

1800€ HT (2 jours /2 pers)
Financement possible via votre OPCO

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisitions nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION - MANAGEMENT

Formation de Formateurs: Faciliter et animer la créativité : un état d'esprit et des outils



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Concevoir et animer une action de formation impactante et innovante,
- Animer des formations conçues par soi et par autrui.

Formation complète pour acquérir les compétences clefs de l'animateur de formation.

Formation pratique : les stagiaires seront mis en situation d'animer tout au long de la formation dans une ambiance dynamique, expérientielle et ludique.

Contenu de la formation

- Comprendre les principes de l'intelligence collective et des principes de la créativité et de l'idéation en s'appuyant sur les recherches en psychologie de la créativité;
- Acquérir les connaissances théoriques, les processus et outils de facilitation et de la créativité;
- Savoir animer un collectif de travail créatif;
- Comprendre et s'appropriier l'état d'esprit du design thinking et ses outils;
- Développer une posture de facilitateur-animateur favorisant la résolution créative de problèmes;
- Expérimenter les processus et outils de la créativité et de l'idéation : brainstorming guidé, brainwriting, design thinking etc.

Formateur

Bénédicte DIDIER

Consultante et formatrice en créativité et intelligence collective

Durée de la formation

2 jours (soit 14h) en présentiel

Public visé

- Formateur souhaitant développer sa créativité et en comprendre les mécanismes.
- Animateur et facilitateur de collectifs de travail.

Prérequis

Être formateur ou vouloir le devenir

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	97%
Contenu adapté	92%
Recommandations	98%
Acquisition nouvelles Compétences	97%



FORMATION - MANAGEMENT

“ Améliorer la Communication et la Cohésion d'équipe ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Améliorer la connaissance de soi en termes de motivation au travail, rôle, type relationnel, besoins et préférences professionnelles
- Mieux appréhender les fonctionnements des autres et améliorer votre mode de communication
- Accepter la différence voire la valoriser dans l'équipe pour résoudre les conflits sereinement

Contenu de la formation

Dans ce module de formation, la pédagogie est totalement adaptée au groupe de participants et respecte les différents modes d'apprentissage.

La formation alterne des apports théoriques, des questionnaires de personnalité en individuel, des mises en situation pour que vous puissiez appréhender votre fonctionnement, vos atouts et vos axes de progrès en termes de communication, relations interpersonnelles et résolution de problème.

Le MBTI est un des outils utilisés dans cette formation. Il s'agit d'un questionnaire de personnalité reconnu dans le monde entier, issu de plus de 40 ans de recherche. Il est utilisé en développement personnel et en situation managériale.

Formateur

Magali PEDRONI

Consultante en Management

Durée de la formation

1 journée (soit 7h) en présentiel

Public visé

- Equipe, Manager

Prérequis

Aucun

Tarif

1200€ HT jour

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC



FORMATION - MANAGEMENT

“ Connaissance de soi avec l'outil MBTI ”



Formateur

Magali PEDRONI

Consultante en Conduite du Changement

Durée de la formation

1 journée (soit 7h) en présentiel

Public visé

- Dirigeant, Manager, Chef(fe) d'équipe

Prérequis

Aucun

Tarif

1200€ HT jour
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre les enjeux de mieux se connaître
- Améliorer la connaissance de soi : une des compétences de centrage
- Mieux appréhender les fonctionnements des autres
- Comprendre l'intérêt d'un management différencié
- Appliquer ces acquis en situations managériales : rédaction d'un plan d'actions

Contenu de la formation

Dans ce module d'approfondissement de la connaissance de soi en se basant sur l'outil MBTI, je vous propose, au delà de la découverte de votre profil MBTI et des autres profils qui vous entourent, une mise en application dans des situations de management : comment améliorer sa communication, comprendre les sources de conflit et les résoudre, développer son leadership, développer un management différencié.

Le MBTI est un questionnaire de personnalité reconnu dans le monde entier, issu de plus de 40 ans de recherche. Il est utilisé en développement personnel et en situation managériale.

FORMATION - SANTE - QVCT

“ **Employeur responsable,
aidez vos aidants !** ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Appréhender le cadre médico-social et juridique de l'accompagnement des aidants en entreprise,
- Découvrir les bonnes pratiques des entreprises engagées
- Créer votre plan d'action en faveur de l'inclusion des aidants

Contenu de la formation

- Engager son équipe dans une démarche de réflexion collective (les chiffres clés autour des aidants, les effets bénéfiques d'une politique en faveur des aidants)
- Identifier les solutions répondant aux besoins des aidants
- Connaître les dispositifs légaux d'accompagnement des aidants au sein de l'entreprise (le cadre légal du congé de proche aidant, les dispositifs généraux à aménager pour améliorer la prise en considération des contraintes des aidants, la mise en place d'une solidarité entre salariés via le don de congés payés)
- Définir ses leviers d'actions et les dispositifs correspondants

Formatrices

Dr Anne MALOULI-DOHR

Médecin gériatre,
Fondatrice d'Haltemis

Hélène RAZA

Consultante en droit social
et RH

Durée de la formation

1 jour (soit 7h) en
présentiel

Public visé

- Managers,
- Responsables RH,
- Chargés de projet RSE

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une
demande de prise en
charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION - SANTE - QVCT

Communication et relation d'aide auprès des personnes atteintes de la Maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier les différentes pathologies et les principaux troubles psycho comportementaux associés
- Repérer les besoins de la personne et évaluer ses capacités pour proposer un accompagnement adapté
- Mobiliser les pratiques pour prévenir les troubles psycho comportementaux et pour adapter l'accompagnement.

Contenu de la formation

1. Comprendre
 - Actualiser ses connaissances sur la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées
 - Les troubles perturbateurs et non perturbateurs : définition et évaluation
2. Accompagner
 - S'approprier les savoir-être et les savoir-faire pour accompagner les personnes malades : techniques de communication verbale et non verbale, approches non médicamenteuses
 - Identifier les éléments essentiels à l'élaboration du projet personnalisé
 - Intégrer le(s) proche(s) aidant(s) dans l'accompagnement et le(s) soutenir

Méthodes pédagogiques utilisées :

- Apports théoriques
- Simulation de situation
- Cas pratiques
- Échanges et réflexions à partir des pratiques et des situations professionnelles

Formateur

Dr Anne MALOULI-DOHR

Médecin gériatre, diplômée en sciences sociales et Fondatrice d'Haltemis

Durée de la formation

2 jours (soit 14h) en présentiel

Public visé

- Professionnels du soin et de l'accompagnement des personnes âgées exerçant en établissement ou à domicile,
- Travailleurs sociaux, Responsables des services.

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

FORMATION - SANTE - QVCT

Accompagner les personnes âgées en perte d'autonomie et leurs proches aidants



Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre les spécificités de la personne âgée
- Connaître les ressources de l'écosystème gérontologique pour mobiliser tous les acteurs de la prévention et de l'accompagnement
- Repérer les aidants et comprendre leurs besoins spécifiques pour y répondre ou savoir les orienter

Contenu de la formation

- Comprendre les spécificités de la personne âgée avec le modèle OPE
- Mieux connaître les aidants pour mieux les identifier
- Comprendre les 4 dimensions de besoins des aidants
- Identifier les solutions pour répondre à la fois aux besoins des aidants et des proches âgés accompagnés

Méthodes pédagogiques utilisées :

- Apports théoriques
- Retours d'expériences
- Mises en situation
- Échanges et réflexions à partir des pratiques et des situations professionnelles

Formateur

Dr Anne MALOULI-DOHR

Médecin gériatre,
diplômée en sciences
sociales fondatrice
d'Haltemis

Durée de la formation

2 jours (soit 14h) en présentiel

Public visé

- Professionnels du soin et de l'accompagnement des personnes âgées exerçant en établissement ou à domicile,
- Travailleurs sociaux, Responsables des services.

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une
demande de prise en
charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION - SANTE - QVCT

“ Sensibilisation aux troubles neurocognitifs : Maladie d’Alzheimer et maladies apparentées ”



Objectifs pédagogiques

A l’issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier les différentes pathologies et leurs principaux symptômes
- Repérer les besoins de la personne et ses capacités restantes pour favoriser le maintien de l’autonomie
- Mobiliser les pratiques pour accompagner ces personnes en tenant compte à la fois de leur pathologie, leur personnalité et leur environnement.

Contenu de la formation

- Comprendre chaque maladie : épidémiologie, processus lésionnels, diagnostic
- Connaître les différents troubles et symptômes et leur répercussion sur la vie quotidienne de la personne accompagnée
- Acquérir les bases de la communication avec une personne présentant des troubles cognitifs
- Proposer un projet personnalisé adapté
- Soutenir le(s) proche(s) aidant(s)

Méthodes pédagogiques utilisées :

- Apports théoriques
- Retours d’expériences
- Mises en situation
- Échanges et réflexions à partir des pratiques et des situations professionnelles

Formateur

Dr Anne MALOULI-DOHR

Médecin gériatre,
diplômée en sciences
sociales fondatrice
d’Haltemis

Durée de la formation

2 jours (soit 14h) en présentiel

Public visé

- Professionnels du soin et de l’accompagnement des personnes âgées exerçant en établissement ou à domicile,
- Travailleurs sociaux, Responsables des services.

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

FORMATION - QVT - MIEUX ETRE

L'hypnose pour mieux accueillir et gérer les patients déstabilisés et faciliter la réalisation des soins et examens médicaux



Formateur

Philippe BUDISCAK-

Formateur et praticien en hypnose Ericksonienne

Durée de la formation

4 jours (soit 28h) en présentiel

Public visé

- Personnel Médical

Prérequis

Faire partie du personnel médical

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	100%
Contenu adapté	100%
Recommandations	100%
Acquisition nouvelles Compétences	96%

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Améliorer la qualité de votre communication verbale et non verbale : la congruence
- Entrer en communication avec des personnes en situation « de stress » : les 3 besoins psychologiques, le questionnement ouvert
- Identifier les causes potentielles de blocage des patients : douleurs, émotions, croyances
- Adopter le mode de communication privilégié du patient : le VAKOG
- Induire un état de transe hypnotique chez un patient pour soulager une douleur et / ou instaurer un mieux-être émotionnel

Contenu de la formation

MODULE 1 : La contribution de l'hypnose dans le champ hospitalier

MODULE 2 : Les particularités et techniques de communication pour induire un état modifié de conscience chez le patient

MODULE 3 (jour 3) : La gestion des émotions et des douleurs chez les patients

MODULE 4 (jour 4) : trainings intensifs d'ancrage et de renforcement des compétences

INFORMATIQUE

“ Formation UI / UX design ”



Formateur

Lotfallah BENASSAROU
Consultant Informatique

Durée de la formation

2 demi-journées
(2 sessions) en présentiel

Public visé

- Professionnels du web,
- Graphistes,
- Designers débutants

Prérequis

Connaissances graphiques de base.
Intérêt marqué pour le web et l'expérience utilisateur Digitale.

Tarif

1200€ HT jour
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation au design d'interface de site internet et d'application mobile sur Figma, vous serez capable de :

- Produire un prototype visuel de site internet ou d'application mobile, exploitable pour la présentation et la vente de projet digital.

Les étapes clés :

1. Les fondamentaux du design graphique
2. La veille technologique
3. Définition du prototype
4. Prise en main du logiciel FIGMA

Contenu de la formation

Retrokube vous propose de vous former à l'UI/UX Design via l'outil en ligne Figma.

L'UI/UX Design, qu'est-ce que c'est ?

Les deux termes UX et UI, signifiant respectivement User Experience (expérience utilisateur) et User Interface (interface utilisateur), ont pour point commun d'avoir une approche user centric (centrée sur l'utilisateur).

L'UI design est le travail qui consiste plus particulièrement à faire en sorte que le design de l'interface utilisateur corresponde aux attentes de son commanditaire et réponde aux besoins des utilisateurs. L'UX design est, quant à lui, le travail qui porte sur l'architecture et l'ergonomie du site.

Ces deux activités sont complémentaires afin que toute l'approche centrée sur l'utilisateur soit cohérente et harmonieuse.

EFFICACITE PROFESSIONNELLE

“ Ecrits professionnels – Rédiger correctement et efficacement ”



Formateur

Aurélie DURAND

Formatrice en langue française et communication

Durée de la formation

4 demi-journées (soit 12 heures)

Public visé

- Tout public

Prérequis

Débutant en langue française

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	97%
Contenu adapté	92%
Recommandations	98%
Acquisition nouvelles Compétences	97%

Objectifs pédagogiques

Les catégories vues seront étudiées individuellement puis regroupées pour systématiser leur utilisation, la rendre concrète et rendre son sens à l'écrit. L'objectif est d'être plus à l'aise avec l'écrit, de se poser les bonnes questions quand une difficulté est rencontrée et d'avoir les éléments pour la surmonter.

Au cours de la dernière matinée, un focus sera fait sur la communication par e-mail et nous terminerons par l'importance de la relecture.

Contenu de la formation

Objectifs Pédagogiques :

- être en confiance lors de la production d'écrits, notamment professionnels,
- produire des écrits professionnels sans faute et bien construits.

Compétences & aptitudes visées :

- Revoir et s'entraîner à l'utilisation l'orthographe d'usage,
- Revoir et s'entraîner avec les règles grammaticales les plus courantes, notamment les accords,
- Revoir et s'entraîner avec la conjugaison et la concordance des temps, - Rédige efficacement un e-mail

FORMATION COMMUNICATION ET MANAGEMENT

“ Manager en couleurs : Devenir Acteur de sa performance par la connaissance de soi et de son équipe ! ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Connaître, analyser et comprendre votre style managérial et les résultats du test « Disc 4Colors »
- Comprendre la singularité des personnes: Développer des synergies interculturelles, intergénérationnelles.
- Ajuster votre communication, améliorer votre approche de gestion et de performance de votre équipe: Trouver sa place, mieux communiquer en toutes situations, même difficiles.

Contenu de la formation

- Connaître la méthode des couleurs
- Comprendre et savoir débriefer les profils
- Découvrir son profil après avoir passé le test « Disc 4Colors ».
- Découvrir son style de management
- Découvrir les couleurs de son équipe (mapping équipe + profil individuel)
- Jeu de rôles sur des situations concrètes
- Bonus: « Gérer une réunion en couleur » et « gérer l'entretien annuel d'appréciation »

Formateur

Aude GIRARD

Consultante formatrice certifiée « Disc 4Colors » et « Funny Learning »

Durée de la formation

1 à 2 jours en fonction des besoins (7 heures par jour)

Public visé

- Manager d'équipe
- Dirigeant d'entreprise
- Entrepreneur
- Et leurs équipes

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur devis ou prix fixe
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

FORMATION – RESSOURCES HUMAINES

Employeur responsable, adoptez une stratégie RH qui vous ressemble



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Connaître les principales règles applicables sur les thématiques abordées lors de la formation (organisation du travail, rémunération et avantages sociaux)
- Formuler des réponses aux questions RH des collaborateurs sur les thématiques abordées lors de la formation (organisation du travail, rémunération et avantages sociaux)
- Questionner ses propres pratiques RH et être capable d'expliquer son positionnement à ses collaborateurs

Contenu de la formation

Toute entreprise dispose d'une stratégie RH dès lors qu'elle emploie au moins un salarié ; cette stratégie n'est pas toujours conscientisée ou assumée mais elle existe. Pour être un dirigeant d'entreprise épanoui dans son rôle d'employeur, il est indispensable de décliner ses propres valeurs et les valeurs de son entreprise au niveau de cette stratégie RH.

Cette formation propose une réflexion et l'élaboration d'un plan d'action pour oser être l'employeur que vous voulez être : questionner les principales questions RH en tenant compte de sa propre personnalité de dirigeant et définir une stratégie RH en cohérence avec la stratégie d'entreprise.

Formateur

Hélène RAZA

Consultante et formatrice en RSE, RH et droit du travail

Durée de la formation

1 jour en présentiel (soit 7h) + 2 RDV individuels

Public visé

Public souhaitant développer ses compétences d'employeur

- Chefs d'entreprise,
- dirigeants
- ou responsables RH

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	100%
Contenu adapté	100%
Recommandations	100%
Acquisition nouvelles Compétences	100%

FORMATION – RESSOURCES HUMAINES

“ Employeur responsable, améliorez la rémunération de vos équipes ”



Formateur

Hélène RAZA

Consultante et formatrice en RSE, RH et droit du travail

Durée de la formation

1 jour (soit 7h) en présentiel

Public visé

Public souhaitant développer ses compétences d'employeur
Employeurs et les professionnels qui les assistent :

- juriste social,
- assistant juridique,
- DRH,
- assistant RH

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur demande.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	100%
Contenu adapté	100%
Recommandations	100%
Acquisition nouvelles Compétences	100%

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Choisir les dispositifs de rémunération en lien avec la stratégie de l'entreprise
- Mettre en place les dispositifs de rémunération identifiées

Contenu de la formation

- La rémunération est l'une des principales sources de motivation au travail. Elle doit être le reflet de la stratégie d'une entreprise. Cette rémunération peut être composée de différents éléments qui vont dépendre de l'orientation prise, selon que la structure souhaite plutôt privilégier la performance ou la fidélité de ses équipes, l'amélioration du pouvoir d'achat quotidien ou le partage des bénéfices annuels.
- Cette formation propose un tour d'horizon des dispositifs existants pour vous permettre de choisir les outils qui seront au service de votre politique de rémunération.
- Maîtriser les différents systèmes de rémunération (rémunération mensuelle de base, primes)
- Connaître les dispositifs permettant d'améliorer le pouvoir d'achat (prime de partage de la valeur, titres-restaurants, chèques vacances, chèques cadeaux)
- Appréhender les différents dispositifs d'épargne salariale (intéressement, plan épargne entreprise, plan épargne pour la retraite collectif)
- Apprendre à choisir quel dispositif mettre en place

FORMATION – RESSOURCES HUMAINES

“ Sensibiliser ses équipes à la transition écologique avec un atelier « 2tonnes » ”



Formateur

Hélène RAZA

Consultante et formatrice en RSE, RH et droit du travail

Durée de la formation

0,5 jour en présentiel

Public visé

- Tout public

Prérequis

aucun

La fresque du Climat est un complément recommandé pour aborder les mécanismes, causes et conséquences du changement climatique.

Tarif

Sur devis ou prix fixe
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	100%
Contenu adapté	100%
Recommandations	100%
Acquisition nouvelles Compétences	100%

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier les principaux ordres de grandeur utiles à la compréhension des enjeux de la transition
- Définir les grands leviers d'action au service de la transition
- Prendre conscience de l'importance d'agir et donner envie de passer à l'action

Contenu de la formation

La transition écologique est en marche et il est important à chacun de pouvoir s'y adapter afin de rester en phase avec les changements sociétaux en cours et qui impactent déjà le monde du travail. L'entreprise a un rôle à jouer en accompagnant ses équipes dans cette transition.

Cette formation propose une vue d'ensemble, concrète et quantifiée des leviers de la transition bas-carbone recouvrant toutes les thématiques et les principaux secteurs de l'économie (alimentation, transport, industrie, énergie...). Elle a pour objectifs de développer les savoirs, savoir-être et savoir-faire nécessaires à l'engagement dans une transition écologique efficace et épanouie, grâce au format ludique et proactif d'un atelier « 2tonnes ». Simuler l'évolution des émissions de gaz à effet de serre jusqu'en 2050 en envisageant des actions individuelles et des actions collectives, dans le cadre d'une expérience ludique et participative offrant un panorama complet et accessible des leviers de la transition bas-carbone.

- Proposer une approche systémique des enjeux pour comprendre le rôle des différents acteurs dans la transition bas-carbone.
- Apporter des idées de solutions concrètes activables à différents niveaux en comparant l'impact de nombreuses mesures individuelles et collectives.

FORMATION - MANAGEMENT

“ SENSIBILISATION AU MANAGEMENT ET A LA MARQUE EMPLOYEUR ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier les rôles, responsabilités, compétences, postures clés d'un manager.
- Appréhender des « outils », « grilles de lecture » à la disposition du manager.
- Comprendre pourquoi manager et « marque employeur » sont deux notions indissociables.

Contenu de la formation

Gérer vs manager : quelles différences ?
 Pourquoi le rôle de manager évolue constamment ?
 Manager des générations différentes, des profils différents, : complexe certes, mais impératif !
 Management et marque employeur : pourquoi ces deux notions sont indissociables ?
 Manager au quotidien, tout en se projetant dans le futur, en maîtrisant ses process et en garantissant engagement et motivation des collaborateurs, c'est possible ?

Autodiagnostic de ses pratiques et postures managériales via une grille de lecture simple et facilement mémorisable
 Définition de son plan d'action

Formateur

Eve GAMBIER

Consultante senior en Conduite du Changement – Docteur en sociologie des organisations et de l'innovation organisationnelle

Durée de la formation

1 jour (soit 7h)

Public visé

- Manager nouvellement promu,
- Dirigeant de TPE/PME souhaitant améliorer ses pratiques et postures managériales

Prérequis

Aucun

Tarif

1200 euros HT / jour.
 Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

FORMATION – CONDUITE DU CHANGEMENT

Créer les conditions de succès pour accompagner les changements et les ancrer durablement



Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre les facteurs et acteurs clés dans la réussite d'un « projet de changement »
- Adopter la logique des « petits pas » pour obtenir des résultats durables
- Appréhender des outils « d'intelligence collective » et postures « de facilitateur » utiles à l'accompagnement du changement afin de favoriser l'engagement des parties prenantes dans la mise en œuvre concrète et opérationnelle des projets de changements

Contenu de la formation

La conduite du changement, « d'un projet » de changement (technique, informatique, informationnel, organisationnel, culturel, comportemental...) se résume trop souvent à des actions de communication éparpillées avec des jalons phares du « projet » à atteindre, avec des exigences à atteindre non expliquées, non comprises. Pas étonnant que les utilisateurs ne s'approprient pas les changements ou n'y adhèrent pas.

Pour inverser cette tendance, ne faut-il pas déjà donner un nouveau sens à la conduite du changement en repensant son approche et en reconsidérant ses enjeux ? Tel est l'objectif de cette formation.

Module 1 : Délimiter le changement et ses conséquences

Module 2 : Résistance au changement et facteurs clés de succès

Module 3 : Déterminer la stratégie d'implantation et de déploiement du projet de changement

Module 4 : Accompagner le changement en « mode projet »

Formateur

Eve GAMBIER

Consultante senior en Conduite du Changement – Docteur en sociologie des organisations et de l'innovation organisationnelle

Durée de la formation

2 jours (le second jour est réalisé 1 mois après la première journée) soit 14 jours

Public visé

- Chefs d'entreprise,
- Managers et/ou salariés en charge d'un projet de changement

Prérequis

Avoir un état d'esprit « ouvert au changement » !

Tarif

700€ HT/ jour

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION – CONDUITE DU CHANGEMENT

Dirigeants, managers : osez auto-évaluer les dysfonctionnements de votre organisation pour mieux les apprivoiser !



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Développer une conscience critique des dysfonctionnements organisationnels et de leur impact
- Identifier les leviers structurels et fonctionnels qui contribuent à la performance de l'organisation
- Réaliser l'évaluation objective de l'organisation à partir de grilles de lecture logique et structurées
- Savoir transformer les résultats de l'auto-évaluation en plans d'actions mesurables et efficaces

Contenu de la formation

Une organisation sans faille ?... Ca n'existe pas ! Mais pour bien ou mieux fonctionner, il faut connaître, savoir reconnaître, et accepter ce qui dysfonctionne. La politique de l'autruche, des œillères, ça ne sert à rien... En effet, seules les entreprises qui fonctionnent bien sont celles qui gèrent avec lucidité, modestie et harmonie ce qui dysfonctionne et qui engagent ensuite des actions d'amélioration voire de transformation. Avant d'initier une démarche d'amélioration de son organisation, il est nécessaire d'en repérer tous les dysfonctionnements. C'est tout l'enjeu de cette formation ! Destinée aux dirigeants et aux managers ou responsables RH, cette formation offre des grilles de lecture, outils et techniques pour conduire un diagnostic organisationnel, de façon simple, logique et structurée.

- Module 1 : Modéliser l'organisation dans un monde complexe
- Module 2 : Identifier les leviers de la performance organisationnelle et prendre conscience des dysfonctionnements.
- Module 3 : Auto-évaluer son niveau de performance organisationnelle
- Module 4 : Identifier des solutions d'amélioration

Formateur

Eve GAMBIER

Consultante senior en Conduite du Changement – Docteur en sociologie des organisations et de l'innovation organisationnelle

Durée de la formation

1 Jours (soit 7 heures)
en présentiel

Public visé

- Managers,
- Dirigeants de TPE/PME,
- Responsables RH.

Prérequis

Aucun

Tarif

1200€ HT/ jour
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

FORMATION – CONDUITE DU CHANGEMENT

“ Marque employeur : bullshit or not bullshit ? ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre les fondements et les éléments constitutifs de la marque employeur
- Appliquer une approche de marketing RH pour promouvoir la marque employeur

Contenu de la formation

Vous souvenez-vous de la publicité du yaourt Bifidus Actif de Danone ... ?

« Ce qui se fait à l'intérieur, se voit à l'extérieur ! ». Cette formation vise à appréhender la marque employeur en l'interrogeant de l'intérieur, c'est-à-dire par rapport à ce que l'organisation pratique en interne, pour cesser ainsi de limiter la marque employeur à ce qui se voit, comme un babyfoot, un beau site internet ou des cours de yoga !

Module 1 : Savoir repérer les éléments constitutifs d'une marque et d'une marque employeur !

Module 2 : Utiliser l'approche du marketing RH pour améliorer ses pratiques internes et valoriser sa marque employeur en interne

Module 3 : Diagnostiquer la marque employeur de son organisation et définir des axes d'amélioration pour valoriser sa marque employeur, en interne et en externe !

Formateur

Eve GAMBIER

Consultante senior en Conduite du Changement – Docteur en sociologie des organisations et de l'innovation organisationnelle

Durée de la formation

1 Jour (soit 7 heures)
en présentiel

Public visé

- Managers,
- Dirigeants de TPE/PME,
- Responsables RH.

Prérequis

Aucun

Tarif

Sur devis ou prix fixe
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION – CONDUITE DU CHANGEMENT

Management intergénérationnel : la génération Z n'est pas plus compliquée à manager que les autres...!



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre les différences en termes de comportements et attentes générationnels
- Promouvoir une culture inclusive et motivante au service de l'ensemble des générations

Contenu de la formation

Stop aux idées reçues ! Manager la génération Z n'est pas plus compliquée à manager que les générations X ou Y, mais c'est peut-être plus complexe !

Module 1 : Générations X-Y-Z...qui sont-elles et pourquoi leurs attentes sont différentes ?

Module 2 : Reconnaître les défis et opportunités que la génération Z peut poser en milieu de travail, ainsi que les opportunités qu'elle offre.

Module 3 : Quelles pratiques managériales mobiliser pour engager toutes les générations ?

Module 4 : Promouvoir une culture inclusive et motivante qui valorise et engage la génération Z, tout en étant bénéfique aux autres générations.

Formateur

Eve GAMBIER

Consultante senior en Conduite du Changement – Docteur en sociologie des organisations et de l'innovation organisationnelle

Durée de la formation

1 Jour (soit 7 heures)
en présentiel

Public visé

- Managers,
- Dirigeants de TPE/PME,
- Responsables RH.

Prérequis

Aucun

Tarif

1200 HT/ jours
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles Compétences	NC

QVT – MIEUX-ETRE

“ Gérer le stress et les émotions avec la sophrologie ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Améliorer les conditions de vie au travail et sa performances (QVT)
- Comprendre les mécanismes du stress et des émotions
- Comprendre et travailler sur les causes de son stress
- Apprendre différentes techniques pour gérer son stress et ses émotions au travail
- Comprendre d'où vient notre stress et utiliser la sophrologie pour mieux gérer les conséquences physiques et émotionnelles de notre stress
- Acquérir des connaissances dans la gestion du stress pour améliorer la performance, de soi et des autres

Contenu de la formation

- Module 1 : Les fondements de la sophrologie, comprendre notre corps et notre physiologie pour mieux gérer notre stress et nos émotions
- Module 2 : Stress et sophrologie, comprendre d'où vient notre stress et utiliser la sophrologie pour mieux gérer les conséquences physiques et émotionnelles de notre stress

Pédagogie utilisée :

Une formation 100% interactive et concrète sous forme d'exposée pour la partie théorique avec utilisation d'un diaporama
Partie pratique avec échanges, mises en situation etc...
Des séances de sophrologie pratiquées en direct pour intégrer les différentes techniques
Remise des enregistrements des séances de sophrologie pour continuer l'apprentissage chez soi

Formateur

Lucie Lavenu

Sophrologue certifiée d'école Caycédiennne et Manager

Durée de la formation

1 Jours (soit 7 heures)
en présentiel

Public visé

- Collaborateurs,
- Cadres,
- Managers

Prérequis

aucun

Tarif

1 100 € HT
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION - OUTIL DIGITAL

Formation Transformation Digitale avec Axonaut



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre et optimiser les processus internes de l'activité de l'entreprise
- Analyser les données pour de meilleures prises de décisions
- Mettre en place et savoir utiliser une solution complète de gestion d'entreprise
- Catégoriser et gérer données clients
- Suivre et optimiser sa gestion commerciale
- Piloter son activité sur un outil digital en ligne

Contenu de la formation

Nous vous proposons un parcours de formation de 15 heures à 18 heures spécialement conçu pour vous permettre de maîtriser Axonaut, un outil digital complet pour gérer votre TPE.

Ce programme est pensé pour transformer vos processus internes et booster votre efficacité opérationnelle. Nous nous retrouvons sur 5 ou 6 séances de 3 heures, 1 fois par semaine, en présentiel.

Modules adaptés à vos besoins : Chaque module de notre formation est développé pour répondre spécifiquement aux défis que rencontrent les petites et moyennes entreprises dans leur transition digitale. Vous apprendrez à utiliser Axonaut pour optimiser chaque aspect de votre entreprise, de la gestion des données clients à la communication interne et externe, jusqu'au suivi financier.

Formateur

Charlyne PERTUS

Office Manager de Transition

Durée de la formation

5 à 6 journées (15 à 18 heures)
en présentiel

Public visé

- Personnel TPE : dirigeant, personnel administratif et commercial

Prérequis

Aucun pré-requis, mis à part la licence Axonaut à acquérir pour le nombre d'utilisateurs adéquat.

Tarif

De 2500 € HT à 2750 € HT
en présentiel et en intra-entreprises.

Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

FORMATION - STRUCTURATION

7 remparts contre les impayés



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Comprendre et appliquer les bases essentielles pour la prévention des impayés
- Développer des stratégies efficaces pour sécuriser les flux de trésorerie
- Mettre en place des procédures et outils pour la gestion proactive des impayés

Contenu de la formation

Les petites entreprises sont souvent vulnérables face aux impayés, ce qui peut rapidement mettre en péril leur trésorerie et leur stabilité financière. Cette formation vous offre des outils pratiques et des stratégies éprouvées pour prévenir et gérer les impayés, assurant ainsi la pérennité de votre entreprise.

Une formation 100 % interactive et concrète. Sous forme d'exposé pour la partie théorique avec utilisation d'un diaporama. Active participative et démonstrative pour la partie pratique : échanges, jeux de rôle, mises en situation, démonstrations d'outils digitaux.

Formateur

Charlyne PERTUS
Office Manager de Transition

Durée de la formation

1 journée (6 à 7 heures) en présentiel

Public visé

- Personnel TPE : dirigeant, personnel administratif et commercial

Prérequis

Aucun

Tarif

De 1200 € HT en présentiel et en intra-entreprises.
350 € HT en inter-entreprises, à partir de 5 personnes.
Formation éligible à une demande de prise en charge

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition nouvelles	
Compétences	NC

DOMAINE

“ De 0 à 1 : au secours, j'embauche ! ”



Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier vos valeurs et vos besoins en ressources humaines
- Analyser et planifier les aspects économiques du recrutement
- Optimiser le processus de recrutement et d'intégration des collaborateurs

Contenu de la formation

À travers cinq modules interactifs, et à l'instar d'un capitaine de navire, les participants découvriront comment définir et incarner les valeurs de leur entreprise, comprendre les coûts et bénéfices du recrutement, identifier et formaliser leurs besoins pour identifier les compétences à rechercher, choisir le profil adapté, et intégrer efficacement la bonne personne.

Cette formation 100 % interactive et concrète permet de découvrir son rôle d'employeur, à travers :

- L'utilisation d'un diaporama pour la partie théorique
- Active participative et démonstrative pour la partie pratique : échanges, jeux de rôle, mises en situation, ateliers brise-glaces.
- Mise à disposition d'outils directement mobilisables dont un cahier d'exercices

Formatrices

Hélène RAZA

Consultante et formatrice en RSE, RH

Charlyne PERTUS

Office Manager de Transition

Durée de la formation

Trois sessions de 3 heures.
+ 2 RDV individuels d'accompagnement (2 x 1 heure)

Public visé

Dirigeant d'entreprise ou Auto-entrepreneur

Prérequis

Être dans le cas d'un futur recrutement

Tarif

Inter-Entreprise pour un groupe de 4 à 8 personnes.
890 € HT/personne,
Formation éligible à une demande de prise en charge.

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition Nouvelles	
Compétences	NC

DOMAINE

“ Du voilier au vaisseau : Maîtriser le changement d'échelle dans votre stratégie de recrutement ”



Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Identifier vos valeurs et vos besoins en ressources humaines
- Analyser et planifier les aspects économiques du recrutement
- Optimiser le processus de recrutement et d'intégration des collaborateurs
- Concevoir une stratégie de recrutement en cohérence avec la dynamique de l'entreprise

Contenu de la formation

Notre formation est conçue pour les dirigeants ayant déjà un ou deux salariés et souhaitant approfondir les compétences utiles pour réussir l'intégration des nouveaux membres de leur équipe. Les participants apprendront à définir et incarner les valeurs de leur entreprise, maîtriser les enjeux économiques et administratifs du recrutement, identifier et clarifier les besoins en personnel, élaborer des stratégies de recrutement efficaces, et structurer des parcours d'intégration optimaux.

Cette formation 100 % interactive et concrète vous permettra de relever les défis de vos nouveaux recrutements :

- L'utilisation d'un diaporama pour la partie théorique
- Active participative et démonstrative pour la partie pratique : échanges, jeux de rôle, mises en situation, ateliers brise-glaces.
- Mise à disposition d'outils directement mobilisables dont un cahier d'exercices

Formatrices

Hélène RAZA

Consultante et formatrice en RSE, RH

Charlyne PERTUS

Office Manager de Transition

Durée de la formation

Quatre sessions de 3 heures (en Inter) ou
Cinq sessions de 3 heures (en Intra)
+ 2 RDV individuels
d'accompagnement (2 x 1 heure)

Public visé

Dirigeants d'entreprise avec déjà un ou deux salariés. En INTRA, cela se passera avec leurs salariés.

Prérequis

Avoir une activité en développement justifiant de nouveaux recrutements dans les mois à venir.

Tarif

Inter-Entreprise : 1100 € HT/personne pour un groupe de 4 à 10 personnes.
Intra-Entreprise : 1750 € HT
Formation éligible à une demande de prise en charge.

Indicateurs

Satisfaction générale	NC
Contenu adapté	NC
Recommandations	NC
Acquisition Nouvelles Compétences	NC