

FORUM FORMATION MIDI PYRENEES



CATALOGUE FORMATION ALBI

19 & 20 NOVEMBRE 2015



Midi Pyrénées

SOMMAIRE

- ▶ Un petit mot
- ▶ La Midi'Team
- ▶ L'équipe inter-région
- ▶ Le site
- ▶ Les hébergements
- ▶ Les formations
- ▶ Les Inscriptions
- ▶ Le Programme de la soirée

.... Et en avant, tous sur Migal !



Un petit mot...

Joëlle SIGAL
Présidente
de la Région Midi Pyrénées

La Région Midi Pyrénées est ravie de t'accueillir à Albi pour le Prochain Forum Formation Inter Région. Cette Ville, classée au patrimoine de l'Unesco, nous ouvre les portes pour découvrir ses



richesses et son savoir-vivre afin de nous mettre dans les meilleures conditions possibles pour nous former.

La formation est l'un des piliers de notre mouvement...

C'est pourquoi toute l'équipe s'est mobilisée depuis plusieurs mois pour organiser un forum formation de qualité dont l'objectif est de te faire progresser lors d'un évènement convivial, de partage et d'échange.

Le CJD permet de se former à notre métier de Dirigeant Entrepreneur. Entreprendre est un métier exigeant qui s'apprend. Aussi, nous te proposons de t'accompagner dans ton développement personnel et professionnel lors

de ce RDV qui me semble incontournable.

Au programme :

- 15 formations de qualité qui correspondent aux souhaits que tu as formulés dans le questionnaire formation pour lequel tu as été sollicité ces derniers mois,
- 15 formateurs reconnus, appréciés dans leur domaine d'intervention et sélectionnés avec la plus grande attention.

Nouveau JD si tu hésites encore, je t'invite à te rapprocher des JD de ta section qui ont vécu cette expérience et qui te présenteront tout le bien fondé de ta venue.

JD confirmé, nous t'attendons avec impatience et toujours avec le même plaisir.

Aussi, nous te donnons RDV les **19 et 20 Novembre 2015 prochain à ALBI**.

Bien à toi,

Joëlle SIGAL – Présidente de la Région Midi Pyrénées



La Midi'Team!

RFR Midi Pyrénées

Cédric LECINA

cedric.lecina@gecos.fr

06 18 42 85 60

RFS Aveyron

Guillaume BRUNEAU

g.bruneau@groupe-rubanbleu.com

06 87 10 99 00



RFS Tarn

Pierre FOUILLET

pierre@cfpr.fr

06 09 82 87 97



RFS Tarn et Garonne

Stéphane PORTES

sportes82@gmail.com

06 37 71 50 25

RFS Toulouse

Karine LATORRE

k.latorre@oreade-breche.fr

06 81 27 02 92



Permanente CJD Toulouse

RER Midi-Pyrénées

Coraline PAUCTON

contact@cjdtoulouse.fr

06 69 35 94 76



L'équipe INTER-REGION

RFS LANGUEDOC ROUSSILLON

RFR Languedoc Roussillon // Albane ROUCOULES

06 87 11 10 29

albane.roucoules@ar-avocats.fr



AUDE // Anaëlle GERMA DUBOS - angedu@me.com

BEZIERS // Régis TAILHAN - regis.tailhan@stprivat.fr

MONTPELLIER // Grégoire LABROUSSE - gregoire.labrousse@tream.fr

MONTPELLIER // Nicolas BARROW - nicolas.barrow@yahoo.fr

PERPIGNAN // Matthieu GARRIGUE - mgfi66@gmail.com

ALES // Céline COMUSET - celine.comuset@gmail.com

RFS AQUITAINE

RFR Aquitaine // Sandrine FOUCAULT

06 23 19 20 83

sandrine.foucault@veolia.com



PAYS BASQUE // Hubert CANDELE - hcandele@bastidarra.fr

BEARN // Gérald DEGEORGES - g.degeorges@degeorges-labourdette.com

AGEN (L&G) // Jean Philippe MAGRI - jph.magri@gmail.com

BORDEAUX // Jean BRUCCULERI - jbrucculeri@vpso.fr

BRIVE // Valérie CONSTANT - valerie-constant@orange.fr

LANDES // Virginie BEROT - vberot@yahoo.fr

PERIGORD // Sylvain BOUCHET - contact@la-chanteracoise.com

ARCACHON // Natacha AUBOIN - natacha.auboin@gmail.com

TARBES // Marjorie ESQUERRE - marjorie@nowooo.com



Le Site

Un Site unique au monde



Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, la Cité épiscopale d'Albi est un lieu prestigieux.

Structurée autour de sa cathédrale et de son palais-forteresse épiscopal érigés au XIII^e siècle, Albi est remarquablement préservée.

La brique foraine et la cathédrale Sainte Cécile constituent les symboles de la ville.

Le territoire albigeois, entre Atlantique et Méditerranée, bien inséré dans l'aire métropolitaine de Toulouse, offre tous les atouts d'un territoire attractif: un cadre de vie privilégié, une ville d'art et de culture, des équipements prestigieux et des programmes d'activités inédites et insolites.



Nous remercions encore infiniment l'équipe d'Albi Congrès pour sa disponibilité et sa précieuse aide !



Les hébergements

Trois hôtels rien que pour nous !

Une fois arrivé sur Albi, vous pouvez ranger votre véhicule car tout se fera à pied !
Nous vous accueillons dans le cœur d'Albi dans les hôtels Ibis : Ibis Styles, Ibis Hôtel et Ibis Budget

L'Ibis Styles le Theatro et l'hôtel Ibis seront tes lieux de formation. Rendez-vous jeudi 19 novembre à 8h30 à l'Ibis Styles Théâtre !



Hôtel Ibis Styles

48 Place Jean-Jaurès
81 000 Albi

Hôtel Ibis et Ibis Budget

16 avenue Gambetta
81 000 Albi

ATTENTION !

Premier inscrit à la formation, premier à avoir sa chambre à l'Ibis Styles

Désolé... malheureusement nous n'avons pas le choix !

Les 4 premiers inscrits de chaque formation seront hébergés à l'hôtel Ibis Styles.
Pour les autres, ne vous inquiétez pas, les deux beaux hôtels Ibis se feront également un plaisir de vous accueillir !

Le jour de l'inscription, rendez-vous dès 9h sur MIGAL !



Tarif du stage TOUT INCLUS comprenant :

- Les repas : jeudi midi, jeudi soir, vendredi midi
- La soirée du jeudi soir
- L'hébergement du jeudi soir en twin est inclus dans le prix

Les prix indiqués sont en Hors Taxes

AXE	FORMATION	FORMATEUR	PRIX HT	PRIX TTC
PERENNISER	International : Démystifier l'export	Laure VIGLIANO	692 €	830,40 €
	Construisez la performance commerciale de votre entreprise	Alain MURELIS	692 €	830,40 €
	Analyse financière	Pascal Bruno	692 €	830,40 €
RAYONNER	Leadership et pleine conscience	Stéphane FAURE	692 €	830,40 €
	Prise de parole en Public	Michel FARCY	692 €	830,40 €
	Le Leader humaniste	Sylviane RETUERTA	592 €	710,40 €
DIRIGER	Ennéagramme 1	Christina CHEVALIER	692 €	830,40 €
	Ennéagramme 3	Jérôme VIROULEAU	762 €	914,40 €
	Déléguer en donnant du sens	Mara WORNAN	692 €	830,40 €
	Libérez la puissance de votre équipe	Hervé SUZANNE	692 €	830,40 €
	Risque Psycho-sociaux et burnout	Claude COLOMES	592 €	710,40 €
	Comment manager par les valeurs sans nier les personnalités et les individualités?	Anna DIOP	642 €	770,40 €
SE CONSTRUIRE	Pouvoir du cerveau	Jean OLIVOT	692 €	830,40 €
	Préparation physique et mentale	Stéphane KAMINSKY	692 €	830,40 €
	Gestion du temps niveau 1	Philippe DARGET	692 €	830,40 €
	Assertivité	Evelyne DUVAL	692 €	830,40 €



Formation international : Démystifier l'export



NEW

Objectifs

- Disposer d'une feuille de route opérationnelle.
- Structurer sa démarche à l'International pour être efficace en gagnant du temps.
- Connaître les risques et savoir mettre en place les solutions appropriées. Savoir éviter les écueils.
- Avoir une boîte à outils pour aller chercher la bonne information au bon endroit et connaître les Best Practices.

Programme

- Connaître les fondamentaux : environnement, retour d'expérience...
- Aide à la préparation : étapes de la stratégie, diagnostic...
- Savoir identifier et ouvrir les marchés cibles
- Négocier à l'International
- Construire l'offre

Méthodes pédagogiques

- Méthodes pédagogiques interactives : ateliers, échanges de Best Practices, retours d'expériences, exemples de cas concrets,
- Alternance des méthodes pédagogiques,
- Remise d'un livret au stagiaire,
- Boîte à outils constituée de sites, vidéos, fiches récapitulatives par thématique.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC



Construisez la performance commerciale de votre entreprise !

Objectifs

- ⌘ Définir ses cibles, ses enjeux, ses moyens, ses objectifs commerciaux.
- ⌘ Etablir un diagnostic commercial de sa situation.
- ⌘ Travailler la confiance en soi pour oser mettre en œuvre son plan.
- ⌘ Analyser la situation commerciale.
- ⌘ Elaborer son plan d'actions commerciales.
- ⌘ Améliorer la performance commerciale de son entreprise.

Contenu

1ère demi-journée : « Une politique commerciale, pour quoi faire » ? Exercice individuel et collectif de présentation : votre entreprise, votre histoire, vos clients, vos produits/services, votre but.

2ème demi-journée : Découvrir les freins commerciaux et s'appuyer sur les moteurs commerciaux. Comment bâtir une politique commerciale : votre spécificité, votre concurrence, votre organisation commerciale, vos contraintes, votre vision d'entreprise.

3ème demi-journée : Exercice pratique en miroir : quels sont les facteurs de progrès commercial au sein de votre entreprise ? Matrice SWOT.

4ème demi-journée : Poser l'édifice de votre politique commerciale. Définir un plan concret d'actions commerciales, planifier un agenda et respecter les engagements commerciaux.

Méthodes pédagogiques

Travail collaboratif entre les participants et l'animateur. Pédagogie inductive.

Le partage des bonnes pratiques, favorisé par un travail en groupe, permet une meilleure appropriation des savoirs.

Un plan d'actions commerciales personnel sera établi pour chaque participant, à la fin de cette formation. Par la suite, l'animateur transmettra aux participants qui le souhaitent des points de vigilance.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC



Analyse Financière

Objectifs

- Asseoir la maîtrise des grands principes qui régissent la logique financière,
- Sur ces bases, comprendre les enjeux en termes de stratégie et de gestion d'entreprise,
- Être capable d'appréhender la situation financière d'une entreprise (ex : sa propre entreprise, un partenaire économique, un concurrent,...) à partir des documents financiers (bilan, compte de résultat...),
- Sur le plan opérationnel, découvrir ou approfondir quelques outils de gestion utiles.

Contenu

I - Les documents comptables : rappels des éléments de base :

Les comptes annuels : bilan, compte de résultat, annexes...

II - Analyse financière :

Etude des moyens pour faire ressortir, des documents comptables, les renseignements souhaités :

- ⌘ Reclassement du bilan,
- ⌘ Utilisation de ratios,
- ⌘ L'information disponible par quelques serveurs minitel,
- ⌘ L'assurance-crédit et l'affacturage,
- ⌘ Divers autres services (bancaires, centrale des bilans,...).

III- Différents thèmes abordés selon le souhait :

- ⌘ Etude de la rentabilité,
- ⌘ La notion de seuil de rentabilité,
- ⌘ Les équilibres de trésorerie
- ⌘ Le BFR et son évolution,
- ⌘ L'effet de levier,
- ⌘ Les difficultés de trésorerie, des stratégies... financières, la gestion du risque,

Méthodes pédagogiques

- ⌘ Interactions
- ⌘ Apporter des documents financiers d'entreprises qu'ils connaissent afin de travailler en permanence sur des cas concrets (leur entreprise, un client, fournisseur, ... nota : les comptes sont accessibles sur infogreffe.com).
- ⌘ Supports et outils remis aux participants.
- ⌘ ...

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC



Leadership et pleine conscience

Objectifs

- ⌘ Comprendre le processus émotionnel et maîtriser ses émotions pour accroître son efficacité.
- ⌘ Développer estime-confiance et affirmation de soi pour un plus grand accomplissement personnel.
- ⌘ Parfaire sa communication et ses aptitudes relationnelles.
- ⌘ Gérer stress et conflit pour optimiser nos relations.

Contenu

Comprendre le processus émotionnel et agir efficacement :

- ⌘ Intelligence et émotions
- ⌘ Rôle et déclencheurs des émotions,
- ⌘ Conscience de soi,
- ⌘ Impact des émotions sur les capacités intellectuelles,
- ⌘ Régulation des émotions pour une meilleure efficacité.

Consolider son estime et sa confiance en soi pour un plus grand épanouissement personnel et professionnel :

- ⌘ Éliminer les barrières psychologiques pour réaliser son plein potentiel,
- ⌘ Apprendre à maîtriser les émotions,
- ⌘ Développer des relations harmonieuses,
- ⌘ Savoir déclencher un état émotionnel optimal pour appréhender toutes situations délicates.

Appliquer techniques et outils de l'Intelligence Émotionnelle pour un succès en toute situation :

- ⌘ Accueillir les divergences d'opinions et les gérer efficacement,
- ⌘ Maîtriser les techniques de communication,
- ⌘ Transformer le stress en moteur de performance.

Méthodes pédagogiques

- ⌘ Une pédagogie inspirée des dernières approches nord-américaines en EQ (Emotional Quotient) et en développement de leadership.
- ⌘ Une approche orientée résultats concrets et durables.
- ⌘ Un parcours pratique (tant sur le plan personnel que professionnel) et original.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC



Maîtriser ses Prises de parole en public

Objectifs

- ⌘ Maîtriser les techniques de l'expression qui permettent d'avoir le maximum d'impact sur son auditoire.
- ⌘ Découvrir ses points forts et les points à améliorer.
- ⌘ Se libérer des tensions physiques et des inhibitions psychologiques qui gênent la communication. J'apprivoise mon trac.
- ⌘ S'impliquer dans une relation positive avec les autres.

Contenu

A - Dans un 1er temps : je mets en pratique à travers des exercices variés (présentations, improvisations, lectures, discours spontanés ou préparés) :

- ⌘ Les techniques d'expression orale et les différentes formes de prise de parole,
- ⌘ Les techniques d'écoute avec une approche corporelle basée sur :
 - ⌘ la respiration,
 - ⌘ la gestion du trac,
 - ⌘ l'écoute active.

B - Dans un 2eme temps :

- ⌘ J'améliore l'efficacité de mes présentations,
- ⌘ Je construis mieux mes messages,
- ⌘ J'utilise mes atouts : voix, regard, implication et je suis confiant,
- ⌘ Je gère mon impact personnel, j'harmonise mes énergies,
- ⌘ Je retiens l'attention de l'auditoire, je fais passer mon message avec sérénité.

Méthodes pédagogiques

- ⌘ Exposés préparés ou improvisés,
- ⌘ Enregistrement au magnétophone,
- ⌘ Observation et analyse sur la forme et le fond,
- ⌘ Apports théoriques,
- ⌘ Les exercices d'entraînement sont enregistrés sur DVD, remis à chacun à la fin du séminaire.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC



Le Manager humaniste : un leader inspirant et charismatique



NEW

.....

« Tout groupe humain prend sa richesse dans la communication, l'entraide et la solidarité visant à un but commun : l'épanouissement de chacun dans le respect des différences (Françoise Dolto) »

.....

Objectifs

- De comprendre et mettre en action les principes et rouages du management humaniste afin de conjuguer progrès économiques et progrès humains (efficacité individuelle et collective).
- De créer les conditions gagnantes pour plus d'harmonie et succès dans l'entreprise.
- De mieux se connaître.
- D'être encore plus en phase avec leur projet et les équipes qu'ils dirigent en renforçant et en enrichissant leur Vision.
- De disposer immédiatement d'une boîte à outils opérationnelle.

Programme

- Identifier les valeurs gagnantes...Instaurer un système de valeurs uniques...Vivre et faire vivre les valeurs au quotidien.
- Agir sur son propre Leadership...Connaitre son potentiel... La palette des ressources...Solidifier sa cohérence.
- Se projeter dans le futur et explorer son rêve d'entrepreneur Humaniste...Inspirer et rallier par une Vision forte.
- Les 7 attitudes Gagnantes et 4 intelligences du Leader Humaniste
- Communiquer efficacement, éthiquement et écologiquement

Méthode pédagogique

- Une approche orientée résultats concrets et durables avec des outils adaptés
- Une pédagogie inspirée des dernières approches nord-américaines
- Un parcours pratique (tant sur le plan personnel que professionnel) et original avec de nombreuses mises en situations, des jeux de rôles, des tests et un plan de développement personnel.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 592€ HT , 710,40 € TTC



ENNEAGRAMME Niveau 1

Plaisir et puissance de l'instant présent...

Objectifs

- ⌘ Approfondir le sens de sa vie professionnelle et personnelle.
- ⌘ Gérer les émotions liées aux agressions de la vie avec calme et lucidité.
- ⌘ Développer la sérénité, la confiance en soi et « la chance » dans l'entreprise.
- ⌘ Comprendre le sens symbolique de nos entreprises.
- ⌘ Agir et créer au lieu de réagir et souffrir.

Programme

- ⌘ Gestion des étapes de la vie pour vivre les mutations nécessaires à la réussite de notre destin personnel et professionnel.
- ⌘ Capacité à se mettre en « état d'humeur ».
- ⌘ Découvrir la puissance et le plaisir de l'instant présent, antistress majeur.
- ⌘ Se poser définitivement dans la joie de vivre par le lien avec soi.
- ⌘ Entrer dans le mystère des lois ontologiques.
- ⌘ Comprendre le mécanisme des synchronicités.
- ⌘ Orienter notre destinée par la magie de la pensée.
- ⌘ Découvrir et utiliser de nouveaux repères et indicateurs.

Axes de progrès

- ⌘ Rapporter avec soi :
 - Le bonheur d' « Etre au monde » à chaque instant,
 - Et bonus pour les plus sages, peut-être : le plaisir de vieillir...

Méthode, moyens pédagogiques et techniques

- ⌘ Comment réussir sa vie, mieux que réussir dans la vie ?
- ⌘ Hier est passé,
- ⌘ Demain, n'est pas encore là,
- ⌘ Maintenant, vient juste de s'enfuir ... Découvrons un autre repère au temps.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC



ENNEAGRAMME Niveau 3

Communiquer, coopérer, manager efficacement...

Objectifs

- ⌘ Améliorer et professionnaliser les connaissances acquises aux deux premiers modules.
- ⌘ Analyser les aptitudes et compétences au quotidien afin de les développer : dans son organisation, dans les situations de face à face, dans les relations au groupe.
- ⌘ Acquérir d'autres clés pour mieux gérer la relation et accompagner le progrès des compétences et des ressources humaines.

Programme

- ⌘ Faire un bilan
- ⌘ Découvrir avec les "sous-types" de l'ennéagramme
- ⌘ Appliquer et mettre en situation
- ⌘ Etablir un plan d'action
- ⌘ Evaluer

Progression pédagogique

- ⌘ Evaluer ses zones d'expertises et de progrès dans les différentes situations de la vie quotidienne et professionnelle.
- ⌘ Acquérir des connaissances sur les stratégies individuelles, les "sous-types de l'ennéagramme", les avantages et les limites sur la communication et le management.
- ⌘ Mesurer ses acquis et sa progression.
- ⌘ Définir et mettre en place un plan de progrès pour accroître ses compétences

Méthode, moyens pédagogiques et techniques

- ⌘ Outil et apport pédagogique : les "sous-types" de l'ennéagramme
- ⌘ Matériel pédagogique : supports écrits, documents libres
- ⌘ Atelier d'échanges et partage d'expériences
- ⌘ Exercices pratiques et mises en situation à partir de cas concrets fournis par les stagiaires

DUREE : 2 jours et demi, 18h00

Du Mercredi 18 novembre 2015, 14h00

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 762 €HT , 914,40€ TTC





Déléguer en donnant du sens

Objectifs

- ⌘ Réfléchir à l'organisation managériale qui donne du sens et au rôle de la délégation dans une telle organisation.
- ⌘ Fixer des objectifs qui font sens pour le collaborateur.
- ⌘ Pour chacune de ses délégations, savoir quel degré d'autonomie laisser au collaborateur et quel mode de contrôle adopter.
- ⌘ Donner un feed-back de renforcement (félicitations) et un feed-back de réajustement (recadrage).
- ⌘ Appliquer un outil de diagnostic d'une performance faible à une des situations managériales que le participant connaît actuellement dans son équipe.

Contenu

1ère demi-journée : « Le rôle de la délégation dans le management d'une équipe » : l'organisation managériale qui donne du sens, définition et place de la délégation dans cette organisation. « La fixation des objectifs qui donnent du sens ».

2ème demi-journée : « Quel degré d'autonomie et quel contrôle de la délégation? » : la compétence technique – le référentiel métier, les leviers de motivation et leur utilisation dans la délégation, mise en place du système de suivi de toute délégation.

3ème demi-journée : « Les conséquences liées à la performance (positive ou négative) » : les sources de feed-back (retour d'information), le feed-back de renforcement (félicitations), le feed-back de réajustement (recadrage), la sanction.

4ème demi-journée : Outil de diagnostic d'une performance faible et plan d'actions.

Méthodes pédagogiques

Travaux en solo ou en binôme. QCM pour évaluer l'intégration de l'outil permettant de doser le bon degré d'autonomie et le bon mode de contrôle. Jeux de rôle et mises en situation.

Un moment fort de la formation: chaque participant va donner un vrai feed-back de renforcement (félicitations) à l'un de ses pairs. Frisson et émotion garantis !

La formation se termine avec un outil "maison" de diagnostic d'une mauvaise performance, outil que le participant va utiliser pour diagnostiquer un vrai cas délicat qu'il vit aujourd'hui au sein de son équipe. Il va bien sûr en tirer un plan d'action pour le lundi suivant.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC





Libérez la puissance de votre équipe

Objectifs

- ⌘ Apporter à chacun les concepts et outils de base de management quotidien pour qu'ils renforcent leur crédibilité et deviennent des managers plus motivants et plus exigeants.
- ⌘ Permettre de maintenir et de développer les résultats d'une équipe, même en temps de crise.

Contenu

1ère demi-journée : Bases et fondements : sensibilisation, attitude ou technique du Manager. Les missions du Manager. Le modèle de haute performance du Manager d'Excellence.

2ème demi-journée : Outils et exercices pratiques. Le Manager relationnel : comment la relation peut transformer l'efficacité d'un équipe. Le Manager motivationnel : comment un regard positif détermine la réussite d'une équipe ? Comment développer la motivation par l'écoute ?

3ème demi-journée : Le Manager professionnalisant : les niveaux d'apprentissage. Comment passer d'une erreur à un sens des responsabilités plus fort et une motivation plus grande? Le traitement des erreurs. Le briefing.

4ème demi-journée : Le Manager crédible : le processus de sanction. Cohésion d'équipe : le terrain de jeu. Comment affirmer les valeurs et comportements qui garantissent la confiance et l'efficacité d'une équipe qui gagne ensemble ? Comment réprimander et recaler impérativement un collaborateur dans le cadre des valeurs et des ambitions du groupe, et l'amener à réussir à nouveau ?

Méthodes pédagogiques

- ⌘ Un plaisir fort qui donne de l'énergie sans laquelle toute formation est inefficace.
- ⌘ Des concepts basés sur des faits et une analyse qui permettent de comprendre que le succès n'est pas le fruit du hasard.
- ⌘ Des outils pragmatiques, simples, précis, concrets, illustrés d'exemples d'horizons divers qui permettent de faire concrètement.
- ⌘ Des exercices qui permettent de vivre, de partager l'expérience et d'en tirer des apprentissages.
- ⌘ Un engagement personnel fort de chaque participant, sans lequel aucune formation ne peut donner de résultat, et qui permet de projeter l'utilisation finale de la formation dans le futur.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC



Risques psycho-sociaux et burn-out



Objectifs

- Définir les risques psycho-sociaux, leurs différentes causes et leurs manifestations : risques psycho-sociaux rencontrés par les dirigeants, par leurs salariés et collaborateurs.
- Détecter les signaux d'alarme pour prévenir le burn-out
- Savoir adapter et agir en fonction de la situation
- Recentrer l'individu (dirigeants et salariés) sur leurs objectifs de vie.

Contenu:

- La prise de décision, les stratégies d'objectif.
- Les méconnaissances (tableau des méconnaissances de l'Analyse Transactionnelle)
 - Les émotions, leurs manifestations : le « racket » des émotions.
 - Les critères, valeurs et croyances qui motivent les actes.
 - Les « drivers » (mots d'ordre irrationnels et inconscients)
 - L'échelle des valeurs (Outils de P.N.L)
 - La pyramide de Maslow pour approfondir les besoins essentiels.
 - L'intentionnalité des actions (incongruence entre l'intentionnalité et les effets)
 - L'exploration de la ligne de Vie (spatialisation d'un parcours de Vie – gestion de l'essentiel)
 - La congruence et l'épanouissement personnel.

Méthodes pédagogiques

- L'échange entre les participants dans la bienveillance, convivialité afin de créer une synergie.
 - Des exercices s'appuyant sur le vécu et les expériences des participants.
 - Les prises de conscience nécessaires à une remise en question personnelle.
 - La rencontre de chacun avec ses motivations profondes.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 592€ HT , 710,40 € TTC



Comment manager par les valeurs sans nier les personnalités et les individualités?

NEW

Objectifs

- ⌘ Découvrir le monde des valeurs, des siennes propres, de celles diffusées par son entreprise, et celles de ses collaborateurs.
- ⌘ Savoir faire vivre ses valeurs tout en respectant celles des autres, et même pour aller plus loin, de savoir se servir des valeurs afin de fédérer les énergies autour d'un but commun.
- ⌘ Adopter les bonnes attitudes managériales afin de respecter les valeurs des Collaborateurs.

Contenu

Les valeurs

Notion de valeur : voyage au cœur de la personnalité.

Les valeurs vues par le collaborateur : acceptation-refus du système qui l'emploie.

Valeurs et management

Respecter les valeurs des collaborateurs : liens avec la productivité, la qualité de vie au travail, la créativité, ...

Le style de management : lien entre style et valeurs

Exercice : quel est mon style, son lien avec mes valeurs, adaptation des divers styles avec mes valeurs.

Etre dirigeant : la nécessaire affirmation de soi.

Respect des valeurs et motivation : passage à une posture de manager-coach.

Explications et mises en situation pour comprendre son collaborateur lors d'entretiens.

Méthodes pédagogiques

Des mises en situation afin de permettre de vivre, de partager les expériences et en tirer les apprentissages.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 642 €HT , 770,40 € TTC





Se Construire

Les pouvoirs du cerveau

Objectifs

- ⌘ S'initier aux dernières découvertes dans le domaine des sciences du cerveau et des sciences de la performance, c'est à dire au « Neurocoaching ».
- ⌘ En tirer des applications pratiques immédiates pour votre réussite personnelle et professionnelle.

Contenu

1ère demi-journée : « Qu'est-ce que le Neurocoaching ? » Les bases du fonctionnement cérébral, le stress positif à la base de toute performance, comment les neurosciences ont révolutionné la vision managériale et le sport de haut niveau. « La porte du changement s'ouvre de l'intérieur ! »

2ème demi-journée : « La voie de la maîtrise et de la dynamique mentale » (applications pratiques des apports de "l'intelligence émotionnelle "). Mieux prévenir et gérer ses émotions, celles de ses collaborateurs et celles de ses clients, mieux manager son mental pour être plus efficace et plus créatif, mieux anticiper dans la fixation et la réalisation de ses objectifs. « Accéder à ses propres ressources et aller au-delà de soi-même. »

3ème demi-journée : « La voie de l'innovation : de la créativité spontanée à la créativité programmée. » Les schémas heuristiques : un formidable outil de créativité, innovations et performances de l'entreprise. « Adapte toi ou meurs ! » : dans un monde en changement permanent l'innovation doit être une des bases de la culture de toute entreprise.

4ème demi-journée : « La voie de la maîtrise et de la dynamique mentale » : reprendre le contrôle de son cerveau et par là même de ses états émotionnels et de ses comportements, appliquer au quotidien l'enseignement de la chronobiologie (science des rythmes du corps) pour créer les conditions idéales d'optimisation des ressources personnelles et professionnelles. « Le capital de l'entreprise est l'homme ! » (Maxime du CJD depuis sa création).

Méthodes pédagogiques

L'enseignement et les exercices pratiques

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC



Préparation physique, émotionnelle et mentale de l'entrepreneur

Objectifs

Permettre aux participants d'acquérir des techniques issues de l'excellence entrepreneuriale, du sport de haut niveau, de la psychologie positive, de la nutrition, de la relaxation afin de développer leur confiance, leur niveau d'énergie, leur motivation et leur force face aux enjeux d'aujourd'hui et de demain

Méthodes pédagogiques

- Déballage, partage d'expériences
- Exposé, exercices pratiques
- Débriefing, travail en sous-groupes

Programme

1ère demi-journée : Préparation physique : découverte du groupe, présentation des participants et de l'animateur, formulation des objectifs individuels, découverte de la respiration consciente et d'un programme d'étirement et d'énergisation.

2ème demi-journée : Préparation physique : marche pyramide, nutrition et nutrithérapie, règles de complémentation alimentaire, établir un programme d'entraînement cardiovasculaire et de renforcement musculaire, relaxation.

3ème demi-journée : Préparation mentale et émotionnelle : tour de table, retours d'expérience sur la journée précédente, étirements et respiration consciente, loi d'attraction, paradigmes et croyances, visualisation/ rêve éveillé.

4ème demi-journée : Préparation mentale et émotionnelle : identification des talents personnels et individuels, formulation du positionnement, bilan de la formation pour chaque participant.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC



La gestion du temps

Objectifs

- Prendre conscience des forces et faiblesses de son organisation personnelle.
- Savoir appliquer les outils et méthodes pour renforcer l'efficacité de sa gestion du temps.

Axes de progrès

- Un meilleur management de sa propre activité.
- Recherche d'équilibre entre ses temps de vie.
- Harmonisation et coopération avec les collaborateurs et son environnement d'activités.

Contenu

Savoir ce que l'on veut : **PREVOIR.**

Se concentrer sur le haut rendement.

Se fixer des objectifs et en élaborer les plans d'action.

Obtenir ce que l'on veut : **PLANIFIER.**

La méthode des P.A.S (Préparation Action Suivie).

Réserver du temps dans son agenda afin d'établir les priorités

Déléguer !

Maîtriser son quotidien : **S'ORGANISER.**

Éviter la chronophagie.

Traiter les véritables urgences.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques, enrichis d'exemples et de métaphores,
- Situations d'expériences, vécus, expérimentations, pratiques quotidiennes pour s'organiser avec ses outils,
- Jeux de rôles,
- Travaux individuels méthodologiques du P.A.E.I. (I.Adizes),
- Confrontation de situations, gestion des situations de l'équipe.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 €HT , 830,40 € TTC





Manager et communiquer avec ASSERTIVITE

Objectifs

- Acquérir une meilleure connaissance, conscience de soi et de son fonctionnement relationnel.
- Communiquer avec clarté, authenticité et efficacité.
- Développer des relations humaines fluides source de performance.
- S'affirmer et gagner en confiance.

Contenu

1ère demi-journée : Accueil/ Présentation. Mise en place du cahier de présence et d'attention à soi.

Comprendre les réactions primaires : attaque (agressivité), fuite (peur), manipulation. Regarder les dysfonctionnements relationnels et leurs effets nocifs pour le manager.

2ème demi-journée : Savoir agir avec Assertivité : quelles sont les attitudes correspondant à un comportement assertif ? Pourquoi ce comportement est le plus efficace ? Comment le mettre en œuvre ? Jeux de rôle avec cas concrets apportés par les stagiaires.

3ème demi-journée : Comprendre la communication interpersonnelle. Les jeux et les enjeux des échanges interpersonnels.

4ème demi-journée : Les signes de reconnaissance : un des besoins fondamentaux de l'Être Humain. Leur utilité dans l'entreprise, et leur application pratique. L'assertivité au quotidien : ce qui fait que dire non est difficile, comment exprimer une critique négative sans blesser, comment faire une demande efficace, comment recevoir une critique négative. Débriefing.

Méthode pédagogiques

- Pédagogie active.
- Apports théoriques et conceptuels issus de l'Analyse Transactionnelle. Utilisation d'un test nommé Egogramme.
- Cinq Accords de communication assertive (Philosophie Toltèque).
- Travaux individuels et en groupe. Petites pauses avec exercices anti-stress.
- Jeux de rôle sur la mise en place de comportements assertifs.
- Partage d'expérience et travail sur des cas concrets apportés par les stagiaires.

DUREE : 2 jours, soit 14 heures de formation

Du Jeudi 19 novembre 2015

Au Vendredi 20 novembre 2015

Prix : 692 € HT , 830,40 € TTC



Prise en charge

TU ES DIRIGEANT SALARIÉ DE TON ENTREPRISE

Toutes les entreprises versent une participation à la formation continue auprès d'un OPCA (Organisme Paritaire Collecteur Agréé).

Dans ce cadre, une prise en charge financière partielle ou totale des formations proposées par le CJD est possible.

- Sur les conditions de prise en charge, se renseigner auprès de ton OPCA.
- Sur ta demande de prise en charge, tu devras noter le nom et le numéro d'agrément de l'organisme de formation : SARL ETAPE n°11753691875.
- Prend contact avec ton OPCA préalablement à ton inscription pour connaître les modalités de prise en charge.
- Si les formations CJD ne sont pas financées par ton OPCA, d'autres solutions sont possibles (Chambre des métiers...)

TU ES DIRIGEANT NON SALARIÉ

• Tu cotises auprès de l'URSSAF qui le reverse soit à l'AGEFICE soit au FIF PL en fonction de ton activité.

• Les tarifs sont annoncés nets (TTC), la TVA n'est donc pas récupérable.

AGEFICE

15 Rue de Rome
75008 PARIS

Tél. 01.40.08.01.54

www.agefice.fr

(Association de Gestion du Financement de la formation des Chefs d'Entreprise)

FIF-PL

35-37 Rue Vivienne
75083 PARIS Cedex 02

Tél. 01.55.80.50.00

www.fifpl.fr

(Fonds Interprofessionnel de Formation des Professionnels Libéraux)



Inscriptions sur MIGAL

Ouverture des inscriptions sur Migal
LE LUNDI 21 SEPTEMBRE 2015 A 9h00

Il est important de noter que toutes les inscriptions se font sur l'outil MIGAL

Notre devise habituelle : « **PREMIER INSCRIT PREMIER SERVI** »

Les 4 premiers inscrits aux formations seront logés dans l'Hôtel Ibis Styles.

- Aucune inscription anticipée (*hors Assertivité*) ne sera acceptée.
- En cas de problèmes d'inscription sur MIGAL, tu peux contacter Sémiramis Gunes au 01 53 23 92 52 ou à l'adresse sgunes@cjd.net.
- Pour savoir comment t'inscrire sur MIGAL consulte la page suivante de ce catalogue.

MODES DE PAIEMENT

Règlement global des frais de formation et de logistique par carte bancaire sur MIGAL ou par chèque à l'ordre d'ETAPE.

ADRESSE D'ENVOI DE TON CHÈQUE Chez MMA à l'attention de Coraline PAUCTON 65 Allées Jean Jaurès 31000 Toulouse

CONDITIONS FINANCIERES EN CAS DE DÉSISTEMENT

Néant si ton désistement intervient plus de 15 jours avant la formation ou si ton inscription est remplacée par un autre JD.

Annulation 15 jours avant la formation : encaissement de la totalité des frais pédagogiques et logistiques.



Inscriptions SUR MIGAL

Les étapes

► Connecte-toi sur le site internet <http://www.cjd.net> et sur la plateforme **HELLO**. Une fois sur HELLO, **tu entres tes identifiants JD**. (Le login est généralement la première lettre du prénom et le nom en majuscule est attaché, si tu es nouveau et que tu n'as pas encore d'identifiant, contacte ton RFS).

► Une fois arrivé sur **HELLO**, clique sur l'onglet **Formation** et se connecter à **MIGAL** :



► Arrivé sur MIGAL, **CLIQUE sur S'INSCRIRE** et va sur le volet déroulant région et choisis **MIDI PYRENEES**

► Clique sur la formation de ton choix puis sur INSCRIPTION et PANIER.

► Remplis les champs manquants nécessaires (marqués par un *) et n'oublies pas à la fin de mentionner ton 2ème choix de formation; si l'inscription à la formation de ton premier choix ne pouvait être satisfaite (formation complète ou annulée), tu serais inscrit, avec l'aval de ton RFS, sur ce deuxième choix

ENREGISTRER
VALIDER

► Choisis ton mode de paiement pour conclure l'inscription :

Par CB : directement en ligne

Par chèque : à l'ordre d'ETAPE. **Tu devras envoyer le chèque à Coraline PAUCTON, Permanente du CJD Toulouse et RER Midi Pyrénées :**

**CJD c/o MMA
à l'attention de Coraline Paucton
65 Allée Jean Jaurès
31000 Toulouse**

Un mail te sera envoyé avec le récapitulatif de ton inscription.
Nous nous réservons le droit d'annuler une formation si le minimum de participants requis n'est pas atteint.



Programme du Forum



MERCREDI

Pour ceux qui le souhaitent, nous vous proposons de nous rejoindre dès le Mercredi 18 Novembre au soir à l'Ibis Styles:

Hôtel Ibis Styles
48 Place Jean-Jaurès
81 000 Albi

ATTENTION : merci de nous indiquer par mail si tu souhaites arriver mercredi soir et nous t'indiquerons la procédure à suivre.

JEUDI

8h – Accueil
8h45 – Mot de bienvenue
9h – Début des formations
12h30 - 14h – Déjeuner à l'Ibis Styles
14h - 17h30 – Formations
18h – 19h00 – Pause
19h – Challenge Odeur et Goût
20h – Apéro et dîner au restaurant La Part des Anges avec DJ Poppy !

VENDREDI

9h – Début des formations
12h30 - 14h – Déjeuner à l'Ibis Styles
14h-18h00 – Formations

20h00 – After Forum !!! (Pour les plus courageux)



Soirée du Jeudi

La Part des Anges

Nous t'attendons à partir de 19h, Jeudi 19 novembre pour un bon repas dans un cadre enchanteur : Le restaurant La part des Anges !

Ce magnifique endroit est le lieu idéal afin de profiter d'une vue sur l'intégralité de la ville d'Albi.



Tu souhaites connaître le programme ? Allez, nous allons te donner quelques indices !

Pour commencer la soirée...Mystère et...Verre de vin?

Quoi de mieux pour célébrer le Gaillac Primeur, que de déguster quelques spécialités du coin ?

Nous vous avons concocté pour l'occasion **un challenge en équipe** !

Mais... Saurez-vous retrouver le cépage, la région, le domaine, l'appellation, le terroir, et le goût des vins qui vous seront présentés ?



Afin de vous tester, un vigneron viendra spécialement faire l'animation !

Un souvenir inoubliable vous attend !

Bien évidemment, comme tu le sais déjà, nous sommes reconnus au CJD Midi Pyrénées pour savoir organiser les soirées !

Pour continuer notre repas mémorable, nous avons spécialement fait venir pour toi **LE DJ** d'Albi... Attention préparez-vous à danser !





*Afin de fabriquer ensemble ce souvenir,
Nous comptons sur ta présence !*

**Rendez-vous
Le Lundi 21 septembre sur MIGAL !**

Pour plus d'informations :

Coraline Paucton
contact@cjdtoulouse.fr
06 69 35 94 76

