

Entreprises, Établissements  
de santé, sociaux,  
médico-sociaux



..... THÉMATIQUES DES FORMATIONS & ATELIERS .....

# Entreprises

Suivez-nous

**f in**



# Communication



Contactez Nelumbia pour échanger sur vos besoins spécifiques, un programme détaillé et sur mesure vous sera transmis.

Ces formations peuvent être déclinées sous format « atelier » et voire même être insérée lors de vos réunions de travail.

# Communication - Liste des formations

THEMES DE FORMATION	DURÉE PRECONISÉE	PUBLIC	OBJECTIFS DE LA FORMATION [compétences visées]
1. Les bases de la communication	2 jours	Cadre et technicien, manager et encadrant de proximité, formateur et commercial, consultants en stratégie, management qui ont recours à l'expression orale pour communiquer, convaincre, mobiliser, enseigner, expliquer.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre et appliquer les principes d'une communication réussie</li> <li>+ Comprendre et appliquer une méthode pour la préparation de l'intervention, l'intervention elle-même, la conclusion et la suite de l'intervention</li> <li>+ Développer une écoute active</li> <li>+ Utiliser le langage et les attitudes pour faciliter la compréhension et l'adaptation à ses interlocuteurs</li> <li>+ Savoir transformer un problème en objectifs, afin de renforcer sa motivation ou celle de ses interlocuteurs</li> </ul>
2. Optimiser votre communication Niveau 1 Acquérir les bons réflexes pour être efficace et serein à l'oral	2 jours (demi-journées possibles)	Toute personne souhaitant développer ses compétences de communication en situation professionnelle devant un ou plusieurs interlocuteurs.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Oser parler tout en respectant son interlocuteur, en étant convaincant et en contournant les situations de blocage</li> </ul>
3. Mieux communiquer pour mieux faire passer son message	2 jours	Manager de proximité, maîtrise ou technicien, assistante, secrétaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Vous adapter à vos interlocuteurs.</li> <li>+ Clarifier vos objectifs pour mieux les atteindre.</li> <li>+ Mobiliser vos ressources personnelles et celles de vos interlocuteurs pour faire face aux situations nouvelles et aux changements.</li> <li>+ Développer votre flexibilité dans vos échanges</li> </ul>
4. La communication non violente & bienveillante	2 jours	Manager de proximité, maîtrise ou technicien, assistante, secrétaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Améliorer sa capacité d'écoute</li> <li>+ Mieux communiquer et mieux se faire comprendre</li> </ul>
5. Prendre la parole en public (niveau 1)	2 jours	Cadre et technicien, manager et encadrant de proximité, formateur et commercial, consultants en stratégie, management qui ont recours à l'expression orale pour développer leur impact	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre et appliquer les principes d'une communication réussie</li> <li>+ Posséder les «incontournables» de la prise de parole en public</li> <li>+ Apprivoiser le trac</li> </ul>
6. Prendre la parole en public (niveau 2)	2 jours	Cadre et technicien, manager et encadrant de proximité, formateur et commercial, consultants en stratégie, management qui ont recours à l'expression orale pour développer leur impact	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Reprise des fondamentaux :</li> <li>+ Comprendre et appliquer les principes d'une communication réussie</li> <li>+ Posséder les «incontournables» de la prise de parole en public au niveau du savoir-être</li> <li>+ Apprivoiser le trac (approfondissement)</li> <li>+ Développer son impact devant un groupe</li> <li>+ S'adapter à son interlocuteur</li> </ul>
7. La communication du manager	2 jours	Tous les managers	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Développer l'impact de ses présentations.</li> <li>+ Gérer les émotions au sein de son équipe</li> </ul>
8. La prévention des violences verbales téléphoniques	2 jours	Tous professionnels au contact du public, agents de recouvrement...	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Avoir une réaction adaptée face à un comportement agressif grâce à des outils de diagnostic de l'interlocuteur et des outils de prévention des violences verbales (insultes, agression, menaces)</li> </ul>

BENEFICES METIER / OBJECTIFS OPERATIONNELS [capacités professionnelles à acquérir]	POINTS FORTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Acquérir les principes, outils et méthodes pour mieux communiquer</li> <li>+ Accroître son impact sur les autres, influencer avec intégrité</li> <li>+ Savoir clarifier ses objectifs pour renforcer sa motivation ou celle de ses interlocuteurs</li> <li>+ Améliorer l'efficacité d'une organisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ L'implication : chaque participant va apprendre à devenir acteur par une mise en situation</li> <li>+ Des fiches mémo ponctuent les différentes étapes de cette progression et permettent aux participants de toujours en revenir aux bases de ce qu'ils ont appris</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Adapter sa communication au profil de son interlocuteur</li> <li>+ Développer un comportement assertif dans ses relations interpersonnelle</li> <li>+ S'exprimer avec aisance dans les différents types d'intervention que ce soit face à un groupe ou en face à face et donner de l'impact à ses idées</li> <li>+ Contourner les situations de blocage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Cette intervention est une formation-action.</li> </ul> <p>En effet, celle-ci se veut ludique, pragmatique et surtout privilégiant les échanges, les mises en situation et la démarche d'accompagnement.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Acquisition d'outils efficaces et pertinents de communication pour faire passer des messages, se faire comprendre sans manipuler.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Un entraînement pour ancrer véritablement les outils de communication</li> <li>+ L'assurance du professionnalisme de nos consultants-formateurs certifiés Master PNL.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ S'approprier les 4 étapes de la Communication Non Violente</li> <li>+ Apprendre à formuler des phrases affirmatives &amp; positives</li> </ul>	<p><i>"Bien que nous puissions avoir l'impression que notre façon de parler n'ait rien de violent, il arrive souvent que nos paroles soient source de souffrance pour autrui et pour nous-même". Marshall Rosenberg.</i></p> <p>La Communication non violente (CNV) est une méthode visant à créer entre les êtres humains des relations fondées sur l'empathie, la coopération harmonieuse et le respect de soi et des autres.</p> <p>Véritable outil de communication, elle sert la résolution de conflits. Mais c'est aussi un moyen d'être en meilleure relation avec soi-même, de mieux comprendre ses besoins profonds et de prendre en charge, de manière autonome et responsable, les divers aspects de sa propre vie.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Acquérir les principes, outils et méthodes pour mieux communiquer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Diagnostic individuel des pratiques</li> <li>+ L'implication : chaque participant va apprendre à devenir acteur par une mise en situation, des exercices de prise de parole</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Réexpérimenter les principes, outils et méthodes pour mieux communiquer</li> <li>+ Accroître son impact sur les autres, influencer avec intégrité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Diagnostic individuel des pratiques</li> <li>+ L'implication : chaque participant va apprendre à devenir acteur par une mise en situation, des exercices de prise de parole et gagner en impact</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Adapter votre intervention au contexte, à l'objectif et au public.</li> <li>+ Structurer votre message et préparer l'introduction.</li> <li>+ Développer votre impact avec le niveau de connivence et de présence adaptées.</li> <li>+ Gérer les émotions individuelles et collectives de vos collaborateurs.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Les outils qui vous aideront à préparer concrètement votre présentation et à lutter contre le stress.</li> <li>+ La prise en compte des blocages dus au stress et des étapes concrètes de la préparation d'une présentation</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Cerner l'importance d'un accueil de qualité,</li> <li>+ Comprendre les mécanismes mis en jeu dans l'agressivité,</li> <li>+ Repérer les signes annonciateurs d'un conflit,</li> <li>+ Développer une analyse des situations conflictuelles en identifiant les sources, les types de conflits et les causes,</li> <li>+ Mettre en place des techniques de prévention et d'anticipation du conflit,</li> <li>+ Repérer la stratégie de leur interlocuteur</li> <li>+ Désamorcer la situation et réguler les tensions,</li> <li>+ Analyser les situations pour prendre de la hauteur et mieux réagir,</li> <li>+ Conserver une position de neutralité face à la menace, au chantage, aux comportements agressifs,</li> <li>+ Se positionner avec justesse dans les moments de divergence.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Lors de l'accueil téléphonique, les professionnels sont fréquemment exposés à des situations conflictuelles caractérisées par des violences verbales à leur encontre, notamment des insultes, agressions et menaces.</li> </ul> <p>Afin de prévenir ces types de violences verbales, être formé permet de prendre du recul, de garder la maîtrise de soi... sa santé psychologique.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Cette intervention est une formation-action.</li> </ul> <p>En effet, celle-ci se veut ludique, pragmatique et surtout privilégiant les échanges, les mises en situation à partir de cas concret et la démarche d'accompagnement.</p>



# Compétences transversales



Contactez Nelumbia pour échanger sur vos besoins spécifiques,  
un programme détaillé et sur mesure vous sera transmis.

Ces formations peuvent être déclinées sous format « atelier »  
et voire même être insérée lors de vos réunions de travail.

# Compétences transversales - Liste des formations

THEMES DE FORMATION	DUREE PRECONISEE	PUBLIC	OBJECTIFS DE LA FORMATION [compétences visées]
1. La gestion du stress : combinez efficacité et sérénité au travail	2 jours	Manager de proximité. Agent de maîtrise et technicien. Assistante et secrétaire. Tout collaborateur d'équipe confronté à des pressions dans son contexte professionnel Cette formation s'adresse aussi bien au monde de l'entreprise qu'à celui du secteur non marchand, associatif, que des mondes scientifique, pédagogique et artistique	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre les mécanismes du stress</li> <li>+ Gérer efficacement son stress dans la durée</li> <li>+ Appliquer méthodes ou réflexes pour faire face aux pressions professionnelles</li> <li>+ Développer sa propre stratégie face au stress</li> <li>+ Améliorer sa maîtrise émotionnelle en situations stressantes</li> <li>+ Mobiliser ses ressources individuelles</li> <li>+ Savoir récupérer rapidement</li> </ul>
2. La gestion du stress à l'oral (spécial concours)	1 jour	Toute personne se préparant à passer l'oral de concours médico-social: * aide-soignant * ambulancier * auxiliaire de puériculture * infirmier * moniteur-éducateur * auxiliaire de vie sociale * aide médico-social...	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre les mécanismes du stress et les notions liées au stress</li> <li>+ Savoir distinguer «bon stress» et «mauvais stress»</li> <li>+ Savoir repérer ses propres ressources et limites.</li> <li>+ Appliquer méthodes ou réflexes pour faire face au stress : techniques de relaxation...</li> <li>+ Découvrir la cohérence cardiaque appliquée à la gestion du stress.</li> </ul>
3. S'affirmer dans ses relations professionnelles : l'assertivité	2 jours	Manager de proximité Agent de maîtrise Technicien...	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Développer la confiance en soi et l'affirmation de soi</li> <li>+ Réagir efficacement dans une relation</li> <li>+ Faire face aux comportements négatifs des autres</li> <li>+ Traiter les désaccords</li> <li>+ Dire les choses avec diplomatie</li> </ul>
4. L'assertivité: maîtrise et affirmation de soi	2 jours	Assistant(e) , secrétaire désirant s'affirmer	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Mieux se connaître.</li> <li>+ Développer la confiance en soi et l'affirmation de soi.</li> <li>+ Réagir efficacement dans une relation.</li> <li>+ Faire face aux comportements négatifs des autres.</li> <li>+ Traiter les désaccords.</li> <li>+ Dire les choses avec diplomatie.</li> </ul>
5. Mieux écouter pour mieux décoder	2 jours	Manager, cadre, manager de proximité et technicien pour qui la communication interpersonnelle est un enjeu et une condition de réussite.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Bien écouter pour bien comprendre.</li> <li>+ Écouter pour se faire comprendre.</li> <li>+ Observer pour déchiffrer les non-dits.</li> <li>+ S'ouvrir à l'autre pour accroître l'efficacité des relations interpersonnelles.</li> <li>+ Écouter ses interlocuteurs au-delà des mots.</li> </ul>
6. Se coacher soi-même pour s'adapter au changement	2 jours	Manager de proximité Agent de maîtrise Technicien...	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ S'adapter au contexte en fonction des enjeux</li> <li>+ Mobiliser son énergie de façon constructive</li> <li>+ Diminuer sa résistance au changement</li> <li>+ Agir avec flexibilité plus que par contrainte</li> <li>+ Résoudre ses hésitations personnelles</li> <li>+ Exprimer et développer ses compétences</li> </ul>
7. Renforcer sa confiance en soi pour une meilleure efficacité professionnelle Niveau 1	1 jour	Toute personne exerçant une activité où la confiance en soi est nécessaire pour accomplir ses missions et/ou pour s'accomplir. Toute personne souhaitant retrouver confiance pour évoluer professionnellement ou pour accueillir plus confortablement le changement.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ S'approprier les 3 piliers de l'estime de soi</li> <li>+ Prendre conscience de ses propres ressources et de ses valeurs fondamentales</li> </ul>
8. Renforcer son estime de soi : donner un second souffle à sa carrière en cultivant les racines de la confiance en soi Niveau 2	2 jours	Toute personne exerçant une activité où la confiance en soi est nécessaire pour accomplir ses missions et/ou pour s'accomplir. Toute personne souhaitant retrouver confiance pour évoluer professionnellement ou pour accueillir plus confortablement le changement.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ S'approprier les 3 piliers de l'estime de soi</li> <li>+ Prendre conscience de ses propres ressources et de ses valeurs fondamentales+ Identifier ses freins et de les dépasser</li> <li>+ Exprimer ses besoins</li> </ul>
9. Préparation à la retraite	2 jours	Futur(e)s retraité(e)s	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Permettre de réfléchir sur son projet de vie,</li> <li>+ Permettre d'aborder sereinement la cessation d'activité,</li> <li>+ Faciliter la réflexion sur un projet de vie de retraite et sur les changements induits,</li> <li>+ Se donner de nouveaux objectifs,</li> <li>+ Mieux gérer la période de transition.</li> <li>+ Envisager sa retraite avec sérénité.</li> </ul>

BENEFICES METIER / OBJECTIFS OPERATIONNELS [capacités professionnelles à acquérir]	POINTS FORTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Diminuer son stress au travail.</li> <li>+ Aborder efficacement les situations stressantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Un investissement pour durer et pour mettre en œuvre ses propres solutions dans une volonté d'efficacité durable</li> <li>+ L'implication : chaque participant devient maître et gestionnaire de son propre stress et de celui de son environnement immédiat.</li> <li>+ Des retours d'expérience sont analysés en groupe au cours de la formation.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Aborder efficacement les situations stressantes (lors du passage d'un entretien oral de concours etc)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Un investissement pour mettre en œuvre ses propres solutions lors d'un oral de concours.</li> <li>+ L'implication : chaque participant devient maître et gestionnaire de son propre stress et de celui de son environnement immédiat.</li> <li>+ Des retours d'expérience sont analysés en groupe au cours de la formation.</li> <li>+ Des exercices pratiques pour appliquer les méthodes de gestion du stress</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Développer son attitude pour s'affirmer positivement dans ses relations professionnelles.</li> <li>+ Permettre de limiter l'agressivité, la passivité ou la manipulation dans les relations habituelles.</li> <li>+ S'affirmer dans son travail en restant soi-même.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Un environnement de formation bienveillant et chaleureux : le formateur s'applique à instaurer un climat de convivialité et d'absence de jugement qui facilite l'expression de chacun.</li> <li>+ Les participants découvrent et s'approprient une méthode pour argumenter avec succès.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Permettre de trouver en soi les ressources pour développer son affirmation de soi, oser être soi-même et faire reconnaître sa valeur par des techniques facilement utilisables..</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Un environnement de formation bienveillant et chaleureux : le formateur s'applique à instaurer un climat de convivialité et d'absence de jugement qui facilite l'expression de chacun.</li> <li>+ Les participants découvrent et s'approprient une méthode pour argumenter avec succès.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Etre en capacité d' accueillir l'autre, d'avoir la volonté de recevoir le point de vue de l'interlocuteur, la faculté à garder la bonne distance avec les émotions.</li> <li>+ Savoir décrypter un message en développant une vigilance de tous nos sens.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Alternance d'exercices d'appropriation, jeux de rôle et apports méthodologiques et théoriques pour se mettre en posture d'écoute physique et psychologique.</li> <li>+ L'implication : les participants travaillent sur leurs situations concrètes quotidiennes</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Rester maître de ses réactions face aux événements pour mieux rebondir</li> <li>+ Puiser son énergie là où elle se trouve</li> <li>+ Construire pas à pas ses objectifs pour atteindre ses buts</li> <li>+ Se dégager de ses propres freins</li> <li>+ Se voir sous un jour nouveau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Maintenir son équilibre en situation de mouvement permanent est essentiel pour progresser dans le milieu professionnel. Cet équilibre se trouve en soi. En s'appuyant sur ses ressources pour optimiser son action et agir, la personne utilise sa marge de manoeuvre pour s'adapter à la réalité, aux fréquents changements proposés dans l'univers de travail et ne pas les subir. Le participant s'engage alors pleinement dans une démarche de progrès continu et assure le développement et l'expression de ses compétences personnelles.</li> </ul> <p>Ce programme ne permet pas de devenir coach mais d'acquérir des compétences personnelles pour se coacher soi-même sur l'essentiel au quotidien.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Gagner en confiance en soi</li> <li>+ Avoir une meilleure connaissance de soi pour être plus à l'aise dans sa vie professionnelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ La formation est basée sur une pédagogie expérientielle très participative et impliquante qui permet au participant d'être dans une position centrale d'acteur, l'amenant ainsi à construire des aptitudes cognitives à partir d'expériences directes et à maintenir son attention.</li> <li>+ Le débriefing avec la formatrice permet de mettre en évidence la richesse de l'expérience.</li> <li>+ En rendant le stagiaire acteur de sa formation et non spectateur, la formation lui permet de retirer ses propres enseignements, pour les mettre en pratique directement et développer ainsi ses capacités</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Gagner en confiance en soi</li> <li>+ Avoir une meilleure connaissance de soi pour être plus à l'aise dans sa vie professionnelle</li> <li>+ Faire de sa confiance en soi un levier d'efficacité et de performance</li> <li>+ Développer une attitude positive au quotidien pour une meilleure relation à autrui</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ La formation est basée sur un échange direct et permanent entre l'intervenant et les participants et les participants entre eux.</li> <li>+ Cette approche interactive et l'apprentissage à partir d'une base pratico-pratique garantissent à chaque participant l'acquisition de bases solides et efficaces, créant ainsi une réelle dynamique de réseau.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Partir positivement à la retraite valorise tout autant la personne que son entreprise. Lieu de réflexion et d'échanges, cette formation de préparation à la retraite est une occasion unique d'envisager son départ en construisant son avenir ;</li> <li>+ Elle facilite le passage de cette étape dans une optique de renouveau.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ La formatrice s'attache à créer une ambiance propice aux échanges et à la réflexion des participants afin de répondre au mieux aux attentes et questions de chacun d'eux.</li> <li>+ L'intervention alternera entre les apports théoriques et pratiques pour faciliter le processus d'apprentissage, les outils de réflexion, les conseils et réponses ciblés/ participants.</li> </ul>



# Management



Contactez Nelumbia pour échanger sur vos besoins spécifiques,  
un programme détaillé et sur mesure vous sera transmis.

Ces formations peuvent être déclinées sous format « atelier »  
et voire même être insérée lors de vos réunions de travail.

# Management - Liste des formations

THEMES DE FORMATION	DUREE PRECONISEE	PUBLIC	OBJECTIFS DE LA FORMATION [compétences visées]
1. <b>Mieux manager grâce à l'intelligence émotionnelle. Méthodes et outils pour gérer les relations à fort enjeu émotionnel</b>	<b>2 jours</b>	Manager souhaitant gérer efficacement les situations à fort enjeu émotionnel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Développer sa compétence émotionnelle de manager.</li> <li>+ Maintenir ou rétablir son équilibre émotionnel dans les situations managériales délicates.</li> <li>+ Prendre en compte l'impact des émotions sur la performance de l'équipe.</li> <li>+ Gérer les émotions individuelles et collectives.</li> </ul>
2. <b>Animer, motiver et diriger son équipe</b>	<b>2 jours</b>	Manager d'encadrement de premier niveau de tout secteur d'activité	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre sur quoi repose l'efficacité du management.</li> <li>+ Adapter son management au contexte de son entreprise.</li> <li>+ Acquérir des outils et méthodes pour animer son équipe au quotidien.</li> <li>+ Prendre du recul pour faire évoluer ses pratiques managériales.</li> </ul>
3. <b>Comment motiver et être motivé</b>	<b>2 jours</b>	Manager et encadrant de proximité	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Déployer une démarche de motivation et d'implication en lien avec la stratégie de l'entreprise et les besoins des collaborateurs.</li> <li>+ Connaître et mettre en œuvre des méthodes éprouvées pour favoriser l'implication des équipes.</li> <li>+ Adapter son management pour amplifier les motivations et traiter les cas de démotivation.</li> </ul>
4. <b>Animer un groupe de travail : piloter un groupe en mode transversal</b>	<b>2 jours</b>	Tout manager transversal	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Acquérir des outils et méthodes pour animer un groupe de travail.</li> <li>+ Prendre du recul pour faire évoluer ses pratiques managériales.</li> </ul>
5. <b>La gestion de conflit</b>	<b>2 jours</b>	Tout manager, encadrant de proximité, chef de projet Toute personne souhaitant mieux appréhender les situations conflictuelles et acquérir des outils nécessaires à l'amélioration de ses relations avec les autres.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Identifier les prémices de conflits</li> <li>+ Savoir désamorcer un conflit naissant</li> <li>+ Mobiliser ses ressources internes en situation conflictuelle</li> <li>+ Réguler et sortir des conflits</li> </ul>
6. <b>La résolution de situation-problème (méthodes qualité : 8D ou QRQC "Quick Response to Quality Control")</b>	<b>0,5 jour</b>	Groupe de travail avec toutes les fonctions concernées : supports, opérationnelles, management ...	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Prise de recul</li> <li>+ Résolution de problème</li> </ul>
7. <b>Les clés de l'accompagnement du changement</b>	<b>2 jours</b>	Tout responsable de service, d'unité ou d'équipe confronté à un changement d'organisation	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre les comportements humains face au changement et les clés pour aider les personnes à mieux l'accepter.</li> <li>+ Savoir quels leviers utiliser pour aider son équipe à passer le changement plus facilement.</li> </ul>
8. <b>Les clés du management de proximité</b>	<b>2 jours</b>	Assistante de direction. Manager d'une équipe d'assistantes et de secrétaires.  Toute personne ayant à manager une équipe de secrétaires ou de collaborateurs administratifs sans en avoir nécessairement le statut. Manager des personnels d'accueil.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Assurer pleinement son rôle d'encadrant.</li> <li>+ Comprendre les fondements de l'efficacité du management.</li> <li>+ Développer la synergie au sein de l'équipe.</li> <li>+ Renforcer la motivation des personnes.</li> <li>+ Organiser le travail de l'équipe.</li> </ul>
9. <b>Les clés pour développer son aisance relationnelle dans les situations de management</b>	<b>3 jours</b>	Tout manager hiérarchique ou transversal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Maîtriser la dimension émotionnelle de la communication pour développer son aisance relationnelle dans les situations de management</li> <li>+ Renforcer sa communication pour améliorer son management.</li> <li>+ Intégrer la dimension émotionnelle pour la maîtriser.</li> <li>+ Exercer et développer ses compétences relationnelles dans les situations quotidiennes de management.</li> </ul>
10. <b>Fonctionner en gouvernance partagée &amp; créative - Sensibilisation</b>	<b>3 jours</b>	Tout public fonctionnant avec une organisation type « gouvernance partagée »	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Comprendre ce qu'est la gouvernance partagée et les impacts positifs sur chacun et sur la structure ;</li> <li>+ Optimiser sa communication dans le respect de soi et des autres</li> <li>+ Avoir des clés pour devenir acteur, prendre sa place dans l'organisation et plus facilement prendre des décisions.</li> </ul>

BENEFICES METIER / OBJECTIFS OPERATIONNELS (capacités professionnelles à acquérir)	POINTS FORTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Très longtemps, la dimension émotionnelle du management a été occultée comme si les émotions s'arrêtaient à la porte de l'entreprise. Pourtant, le manager est confronté en permanence à son propre ressenti et à celui de ses collaborateurs, les émotions impactant l'efficacité individuelle et collective.</li> <li>+ Cette formation apporte au manager les moyens opérationnels pour développer sa compétence émotionnelle et décupler son efficacité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Alternance d'exercices d'appropriation, jeux de rôle et apports méthodologiques et théoriques pour se mettre en posture d'écoute physique et psychologique.</li> <li>+ L'implication : les participants travaillent sur leurs situations concrètes quotidiennes</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Maîtriser les bonnes pratiques, les astuces et les pièges à éviter pour réussir à animer des réunions dynamiques et efficaces.</li> <li>+ Savoir transmettre de l'information, échanger et prendre des décisions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Chaque participant va apprendre à devenir acteur par une mise en situation.</li> <li>+ Des fiches mémo ponctuent les différentes étapes de cette progression et permettent aux participants de toujours en revenir aux bases de ce qu'ils ont appris</li> <li>+ Jeux de rôle pour vivre au plus proche du réel des expériences d'animation d'équipe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Apport des éléments clés pour développer la motivation individuelle et collective dans votre équipe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Alternance d'étude de cas réels, de simulations et d'entraînements sur les méthodes de motivation</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Maîtriser les bonnes pratiques, les astuces et les pièges à éviter pour réussir à animer des réunions dynamiques et efficaces.</li> <li>+ Savoir transmettre de l'information, échanger et prendre des décisions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Chaque participant va apprendre à devenir acteur par une mise en situation.</li> <li>+ Des fiches mémo ponctuent les différentes étapes de cette progression et permettent aux participants de toujours en revenir aux bases de ce qu'ils ont appris</li> <li>+ Jeux de rôle pour vivre au plus proche du réel des expériences d'animation d'équipe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Au-delà des techniques, être capable de réguler et de faire du conflit une réelle opportunité d'apprentissage</li> <li>+ Mettre en œuvre les outils de régulation, de médiation et d'arbitrage pour sortir d'un conflit.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ La formation permet un focus particulier sur les conflits interpersonnels.</li> <li>+ Elle est structurée en 3 axes : définition du conflit et de sa dynamique, comportements des personnes dans une situation de conflit, méthodes de résolution de conflit.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Aider les professionnelles à trouver la cause racine du problème et la solution adaptée à cette cause</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Deux ou trois heures d'accompagnement pour résoudre votre problème du moment (organisation, relationnel, « produit »...)</li> <li>+ En fonction du problème : Méthode #1 : Quick Response to Quality Control (QRQC) : = outil puissant qui permet de résoudre définitivement et rapidement les problèmes rencontrés sur le terrain en impliquant toutes les fonctions concernées : supports, opérationnelles, management, ... Méthode #2 : 8 D pour 8 « do » (les 8 actions à réaliser) = méthode permettant de corriger efficacement tout problème rencontré. La méthode 8D est performante car elle : - est collaborative, / - s'appuie sur l'expérience des acteurs concernés, / - fournit un cadre standard de résolution de problème / - permet de remonter jusqu'aux causes profondes pour éviter que les problèmes ne réapparaissent.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Apprendre à connaître les principaux mécanismes qui régissent les comportements humains face au changement.</li> <li>+ Eviter les erreurs inhérentes à ce type de situations (changement d'organisation d'une structure...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Alternance de séquences d'échanges, de réflexion et d'exercices.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Organisation du travail en arbitrant entre les enjeux des managers et la charge des collaborateurs.</li> <li>+ Mise en oeuvre d'actions pratiques pour remplir pleinement son rôle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Des réponses aux questions que vous vous posez et aux difficultés que vous rencontrez dans l'exercice de votre mission.</li> <li>+ Une formation concrète et pratique. Les outils et méthodes présentés sont opérationnels et simples à utiliser : grilles de suivi d'activité, modèles de tableaux de bord...</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Fournir les outils essentiels pour améliorer votre communication avec l'équipe et obtenir plus de plaisir et d'efficacité dans le management au quotidien.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Autodiagnostic, entraînements... la formation favorise l'apprentissage par la prise de conscience, l'action et le feedback du formateur</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Connaître et s'approprier la définition de la gouvernance partagée</li> <li>+ Co-produire une vision partagée entre tous les salariés de la gouvernance partagée</li> <li>+ Communiquer dans le respect de soi et des autres grâce à, au moins 2 étapes de la Communication Non Violente (CNV)</li> <li>+ Savoir prendre des décisions dans le cadre de la gouvernance partagée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Vous aimeriez faire de votre organisation un lieu où il fait bon faire ensemble au service d'un but commun ? Revoir les règles du Jeu collectif pour concilier efficacité et convivialité ? Autonomie et cohérence d'ensemble ? Implication et remise en question ?</li> <li>+ Cette formation interactive et l'apprentissage à partir d'une base pratique-garantissent à chaque participant l'acquisition de bases solides et efficaces, créant ainsi une réelle dynamique de réseau.</li> </ul>



# Exemples Formations phares

×

Une ou plusieurs thématiques retiennent votre attention ?

Nous pourrions vous faire parvenir le programme détaillé de la formation  
ou de l'atelier en fonction de vos besoins  
et ceux de vos collaborateurs.

# La communication non violente & bienveillante au service de la relation

Pour les professionnels



## Objectifs

- ✓ Développer une **qualité de communication** avec ses collègues et avec soi-même
- ✓ Et après... ?? Comment cultiver cette **communication bienveillante** au quotidien ?

## Programme Formation

1/3 théorie, 2/3 de pratique

### 1) Découverte de l'auto-empathie

*Idéal, lorsque que quelque chose se passe et nous déconnecte de nous-même ou des autres.*

*Idéal également pour développer notre propre bienveillance*

### 2) Les 4 étapes de la Communication Non Violente (CNV)

*Idéal pour se relier aux autres, agir avec bienveillance, prévenir les conflits et communiquer de manière à satisfaire les besoins de chacun*

### 3) Quatre astuces de communication

### 4) Cinq actions concrètes pour mieux communiquer

### 5) Prendre soin de soi...

Par qui ?



**Sigried Boël**

contact@nelumbia.com

**06 15 62 90 30**

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans

**l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



1h + 1h



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 12 personnes  
Dans l'idéal :  
8 personnes maximum

# Optimiser votre communication

## Acquérir les bons réflexes pour être efficace et serein à l'oral

Pour les professionnels

### Objectifs

- ✓ Oser parler tout en respectant son interlocuteur, en étant convaincant et en contournant les situations de blocage

### Programme Formation

1/3 théorie, 2/3 de pratique

- 1) Adapter sa communication au profil de son interlocuteur
- 2) Développer un comportement assertif dans ses relations interpersonnelles
- 3) S'exprimer avec aisance dans les différents types d'intervention et donner de l'impact à ses idées
- 4) Contourner les situations de blocage

Le PLUS Nélumbia® :

Cette intervention est une formation-action. En effet, celle-ci se veut ludique, pragmatique et surtout privilégiant les échanges, les mises en situation et la démarche d'accompagnement.

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans

**l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à haut potentiel
- ✓ La pédagogie Montessori (0-6 ans),
- ✓ La communication non violente (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



1J + 1J ou découparable en demi-Journées



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 12 personnes  
Dans l'idéal :  
8 personnes maximum

# Gérer son stress : combinez efficacité & sérénité au travail

Pour les  
professionnels

## Objectifs

- ✓ Comprendre les mécanismes du stress
- ✓ Mieux se connaître face au stress
- ✓ Expérimenter des techniques anti-stress

## Programme Formation

1/3 théorie, 2/3 de pratique

- 1) Comprendre les mécanismes du stress et ses conséquences.
- 2) Distinguer sa façon propre de percevoir le stress
- 3) Identifier ses propres réactions et comportements face aux situations stressantes.
- 4) La « mallette » à solutions anti-stress
- 5) Expérimenter des techniques anti-stress : relaxation corporelle
- 6) Identifier et réduire les pensées stressantes
- 7) Avoir des techniques de régulation émotionnelle
- 8) Se relier à ses propres ressources

Le PLUS Nélumbia®:  
Des retours d'expérience sont analysés en groupe au cours de la formation.

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans  
**l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à haut potentiel
- ✓ La pédagogie Montessori (0-6 ans),
- ✓ La communication non violente (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



1J + 1J ou  
découpable en  
demi-Journées



Selon vos  
disponibilités



Au sein  
de votre structure



3 à 12 personnes  
Dans l'idéal :  
8 personnes  
maximum

# Renforcer sa confiance en soi pour une meilleure efficacité professionnelle

Pour les professionnels

## Objectifs

- ✓ S'approprier les 3 piliers de l'estime de soi
- ✓ Prendre conscience de ses freins, de ses propres ressources et de ses valeurs fondamentales

## Programme Formation

### 1/3 théorie, 2/3 de pratique

#### Niveau 1 :

- 1) Les 3 clés au regard des 3 piliers de l'estime de soi
- 2) Prendre conscience de ses ressources
- 3) Alimenter l'estime de soi en se reconnectant à ses valeurs
- 4) Développer sa communication de soi grâce à l'identification de ses besoins
- 5) Distinguer l'image de soi et le regard des autres
- 6) Différencier son identité de ses capacités
- 7) Découvrir ses messages contraignants

#### Niveau 2 :

- 1) Retour d'expériences suite à la première journée de formation
- 2) Développer le meilleur de soi avec les trois P : " Puissance – Protections – Permissions "
- 3) Se libérer de ses comportements pièges, dépasser ses freins...
- 4) Tirer une expérience positive de ses erreurs
- 5) Transformer positivement tout contact
- 6) La triplète de l'équilibre relationnel
- 7) Détecter ses émotions et exprimer ses besoins sans agressivité ni reproche
- 8) S'accorder droits et permissions
- 9) Oser dire « non »

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à haut potentiel
- ✓ La pédagogie Montessori (0-6 ans),
- ✓ La communication non violente (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



Niveau 1 : 1J

Niveau 2 : 1J



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



3 à 12 personnes  
Dans l'idéal :  
8 personnes maximum

# Formule « résolution de problèmes »

## Accompagnement des équipes

Pour les professionnels de la petite enfance

### Objectifs

- ✓ 2 heures d'accompagnement pour résoudre votre problème du moment (organisation, relationnel, « produit »...)

**2 outils qualité provenant de l'Industrie et spécialement adaptés par mes soins au domaine de la petite enfance :**

En fonction du problème :

#### ■ Méthode #1 :

##### **Quick Response to Quality Control (QRQC) :**

= outil puissant qui permet de résoudre définitivement et rapidement les problèmes rencontrés sur le terrain en impliquant toutes les fonctions concernées : supports, opérationnelles, management, ...

#### ■ Méthode #2 :

**8 D** pour 8 « do » (les 8 actions à réaliser)

= méthode permettant de corriger efficacement tout problème rencontré.

La méthode 8D est performante car elle :

- 1) est collaborative,
- 2) s'appuie sur l'expérience des acteurs concernés,
- 3) fournit un cadre standard de résolution de problème
- 4) permet de remonter jusqu'aux causes profondes pour éviter que les problèmes ne réapparaissent.

### Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)** (formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans **l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



2h  
ou  
1h + 1h



Coût =  
100 euros  
TTC/heure



Au sein  
de votre structure



Avec toutes les  
personnes  
concernées

# Mieux manager grâce à l'intelligence émotionnelle.

*Méthodes et outils pour gérer les relations à fort enjeu émotionnel*

Pour les managers

## Objectifs

- ✓ Développer sa **compétence émotionnelle** de manager.
- ✓ Maintenir ou **rétablir son équilibre émotionnel** dans les situations managériales délicates.
- ✓ Prendre en **compte l'impact des émotions** sur la performance de l'équipe.
- ✓ Gérer les **émotions individuelles et collectives**.

## Programme Formation

**1/3 théorie, 2/3 de pratique**

- 1) Identifier les **émotions** chez soi et chez les autres
- 2) **Comprendre** ses émotions
- 3) **Accueillir** et utiliser les émotions comme des messagères
- 4) **Exprimer** ses émotions
- 5) **Réguler** ses émotions
- 6) Aborder les **conflits sans violence**
- 7) Cultiver les **émotions positives** et les partager

**Apports théoriques :** l'intelligence émotionnelle, le fonctionnement du cerveau sous stress ....

**Bonus :** Outils pratico-pratiques présentés pour chaque compétence visée.

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans

**l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)



**2 J**  
ou  
**1J+1J**



**Selon vos disponibilités**



**Au sein de votre établissement**



**3 à 12 personnes**  
Dans l'idéal :  
**6 personnes maximum**

# Fonctionner en gouvernance partagée et créative

Pour les professionnels

## Objectifs

- ✓ Connaître et s'approprier la **définition de la gouvernance partagée**
- ✓ Co-produire une **vision partagée** entre tous les salariés de la gouvernance partagée
- ✓ Communiquer dans le respect de soi et des autres grâce à, au moins **2 étapes de la Communication Non Violente (CNV)**
- ✓ Savoir prendre des **décisions** dans le cadre de la gouvernance partagée

## Programme Formation

1/3 théorie, 2/3 de pratique

- 1) La **vision unifiée** de votre structure
- 2) La **mission** :
- 3) redécouvrir autrement la **raison d'être** de votre structure et de vous les approprier :
- 4) Les **valeurs** de votre structure
- 5) Les **règles du jeu** de la gouvernance partagée
- 6) **Auto-diagnostic** du fonctionnement actuel
- 7) La découverte d'outils concrets selon le **niveau de maturité** de l'organisation
- 8) Elaboration d'une **charte d'engagement**
- 9) Se sensibiliser au processus de **communication non-violente** pour oser dire, socle de la gouvernance partagée
- 10) Qu'est-ce que la Communication Non Violente (CNV) ?
- 11) Les **4 composantes** de la CNV
- 12) **L'auto-empathie**
- 13) Un frein à la communication non violente : les **mots étiquettes**
- 14) Clés pour **prendre sa place** dans l'organisation
- 15) Comprendre le fonctionnement de la **prise de décision** grâce aux dernières données des neurosciences et analyser ses propres mécanismes
- 16) Expérimentation d'un **outil** de prise de décision

Le **PLUS Nélumbia®** :  
Possibilité d'un **coaching individuel pratico-pratique et « sur-mesure »** en début et fin de formation afin de travailler sur une méthode de résolution de problèmes orientée « terrain ».

Par qui ?



Sigried Boël

contact@nelumbia.com

06 15 62 90 30

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87



formation

**Formatrice** en intelligence émotionnelle et communication depuis 2004



animation

**Animatrice en Education Emotionnelle et Relationnelle (CPS)**  
(formée auprès de Michel CLAEYS)



coaching

**Coach de vie** certifiée depuis 2011 spécialisée dans **l'accompagnement des femmes, parents, enfants et adolescents à haute sensibilité, atypiques.**

Formée à :

- ✓ L'accompagnement des enfants, adolescents à **haut potentiel**
- ✓ La **pédagogie Montessori** (0-6 ans),
- ✓ La **communication non violente** (auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication



**3J**  
(découpables en demi-journées)



Selon vos disponibilités



Au sein de votre structure



**3 à 12 personnes**  
Dans l'idéal : **8 personnes maximum**



# Informations complémentaires sur les formations dispensées par Nelumbia

Pour les professionnels



- ✓ **Objectifs de la formation**  
*[compétences visées]*
- &
- ✓ **Objectifs opérationnels**  
*[capacités professionnelles à acquérir] :*

☞ Cf. catalogue de formation entreprise

## Par qui ?



**Sigried Boël**

contact@nelumbia.com

**06 15 62 90 30**

N° D'ACTIVITÉ : 74 87 01301 87

- ✓ **Modalités & délais d'accès :**  
La **durée** entre la demande du bénéficiaire et le début de la prestation est de **1 mois minimum**  
Effectif idéal = 12 personnes

- ✓ **Modalités d'évaluation :**
  - Un **questionnaire préliminaire** permet d'obtenir un diagnostic préalable
  - Une **évaluation** permet d'évaluer **l'atteinte** des **objectifs** pédagogiques et le taux de **satisfaction**
  - Une **attestation de formation** et une attestation **d'assiduité** sont remises à chaque participant, à la fin de la formation.
  - Une **évaluation différée** est réalisée à J+30 (+/-30 jours) avec envoi d'un questionnaire dématérialisé à chaque participant et au financeur.
  - Un bilan de l'action intitulé « **bilan d'appréciations du formateur** » est remis au commanditaire de l'action.

- ✓ **Accessibilité aux personnes handicapées :**  
Les conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap (locaux, adaptation des moyens de prestation) sont systématiquement discutées en concertation avec le prescripteur, en amont de la formation, afin de trouver des **mesures spécifiques et adaptées** (*formalisées notamment dans le formulaire « demande et conception de formation »*)

## ✓ Contenu

### & déroulement de la formation

Méthode Nelumbia : 1/3 théorie, 2/3 de pratique

Voici la trame figurant dans chaque programme de formation personnalisé :

JOUR X			
BLOC DE COMPÉTENCE N°			
OBJECTIFS OPERATIONNELS :			
Timing	Contenu	Méthode pédagogique	Supports utilisés

Etc

## ✓ Méthodes pédagogiques mobilisées :

Cette **pédagogie expérientielle** très participative et impliquante permet au participant d'être dans une position centrale d'acteur, l'amenant ainsi à construire des aptitudes cognitives à partir d'expériences directes et à maintenir son attention.

La formation est également basée sur un échange direct et permanent entre l'intervenant et les participants et les participants entre eux.

Cette **approche interactive** et l'apprentissage à partir d'une base pratico-pratique garantissent à chaque participant l'acquisition de bases solides et efficaces, créant ainsi une réelle dynamique de réseau.



## ✓ Durée :

☞ Cf. catalogue de formation entreprise



## ✓ Dates :

A définir avec le client



## ✓ Tarif :

Sur devis



## ✓ Pré-requis :

Aucun prérequis nécessaire.  
Formation non certifiante.

## Sigried Boël

Formatrice en communication

inter-personnelle et efficacité professionnelle

**06 15 62 90 30**

[contact@nelumbia.com](mailto:contact@nelumbia.com)



✔ **Formatrice** depuis 2004, spécialisée dans les domaines de :

- ▶ **L'intelligence émotionnelle,**
- ▶ **La communication interpersonnelle,**
- ▶ **L'efficacité professionnelle,**
- ▶ **Le management.**

✔ **Coach d'entreprise** certifiée depuis 2011

✔ **Coach d'équipe** certifiée depuis 2014

✔ **Coach de vie** depuis 2011, spécialisée dans l'accompagnement des femmes, parents, adolescents, enfants à haute sensibilité & haut potentiel

Formée notamment à la :

- Programmation Neuro-Linguistique (Maitre praticien)
- Communication Eriksonienne (Maitre praticien)
- **Communication non violente** [6 jours] auprès de Kevin DANCELME, Formateur certifié par le Center for Nonviolent Communication)
- Facilitation en **éducation émotionnelle & relationnelle** auprès de Michel CLAEYS [21 jours]
- **Facilitation graphique**

## Ils m'ont fait confiance










## Sigried Boël

Directrice & coordinatrice  
pédagogique de l'organisme

**06 15 62 90 30**

[contact@nelumbia.com](mailto:contact@nelumbia.com)



*Pour plus d'infos,  
contactez nous*



**coaching**



**formation**



**animation**

“



La connaissance s'acquiert  
par l'expérience,  
tout le reste n'est que  
de l'information.

**Albert Einstein**

”

Nelumbia® est enregistré auprès de la DIRECCTE sous le numéro de déclaration d'activité 74 87 0310187.

N° SIRET : 535 145 395 000 13 | N° ACTIVITE : 748 700 130 187 W