



Nos autres formations



NOS AUTRES FORMATIONS

En complément de notre **parcours audacieux** dédié au développement des **compétences émotionnelles et relationnelles**, l'ACADÉMIE DE L'AUDACE vous propose d'autres thématiques qui répondent à des besoins très forts au sein des entreprises, associations ou toute structure collective.

Quelle que soit la thématique sur laquelle l'Académie vous accompagnera, nous mettons un point d'honneur à vous offrir des actions de formation les plus vivantes possibles.

Il est très très rare (ne disons pas jamais car on ne sait jamais....) que nos temps collectifs se passent à regarder un support powerpoint. Nous préférons privilégier **l'être ensemble**, le **partage** et la **mise en mouvement** (il est en revanche moins rare qu'on vous fasse monter sur une table pendant nos animations).

Conscientes que l'apprentissage et la remise en question personnelle et collective sont des moments inconfortables, nous proposons, lors de nos animations, un cadre de confiance sécurisant permettant à tout un chacun de bénéficier au mieux de ce que nous pouvons transmettre. Cette confiance est la seule chose qui rend possible la libération de la parole et l'acceptation de sa vulnérabilité.

Bien évidemment, cette liste de formation n'est pas exhaustive et nous serons ravies d'étudier votre besoin spécifique et de vous faire une proposition d'intervention sur-mesure pour vos équipes.

Nos formations peuvent se dérouler au choix en présentiel ou en distanciel.

Partenariat exclusif avec Jean-Luc Chavanis et sa méthode MétaNature

L'Académie est heureuse de vous proposer les diverses formations créées à partir de la méthode MétaNature, méthode d'accompagnement AVEC et DANS la nature..

LES MODULES DE FORMATION

MANAGEMENT

Fondamentaux
du
management

Management
participatif

Courage
managérial

Animer un
groupe de
travail

Développer
les softskills
de son
équipe

EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

Efficacité
professionnelle

Parole en
public

Gestion de
projet

L'art du portrait

MÉTANATURE

Formation à
la méthode
Métanature

Masterclass

Outil créatif
CmaNature



LES FONDAMENTAUX DU MANAGEMENT

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Manager une équipe

OBJECTIFS

1

Acquérir les compétences fondamentales en management

2

Comprendre toutes les dimensions de son rôle de manager

3

Chercher et trouver des solutions managériales adaptées

PRÉSENTATION

Manager ne s'improvise pas. En revanche, bonne nouvelle : cela peut s'apprendre. Trouver sa place auprès de son équipe. Trouver le bon équilibre entre pilotage au quotidien de l'activité, et accompagnement de qualité des membres de l'équipe : être un manager efficace et humain est un sacré défi à relever.

À l'issue de cette formation, vous serez capable d'encadrer votre équipe et d'incarner votre nouveau rôle de manager avec exemplarité, plaisir et efficacité pour vous et votre équipe.

PROGRAMME

- **Ma raison d'être de manager** : pourquoi je suis manager, quelles sont mes motivations et mes valeurs.
- **Être manager** : rôles et responsabilités.
- **Les styles de management** : adapter sa posture en fonction du niveau d'autonomie du collaborateur.
- **"La pyramide de Lencioni"** : les 5 critères de la performance d'équipe.
- **Les différentes personnalités** : les comprendre, communiquer avec elles, répondre à leurs besoins, gérer leur stress.
- **Motivation de son équipe** : nourrir les 3 besoins fondamentaux de l'être humain.
- **Accompagner son équipe au quotidien** : donner du sens, de la reconnaissance, du soutien et de l'encouragement.
- **Le manager, pilote de l'activité du service** : organiser et gérer les priorités et les urgences.
- **Créer du lien** : mener des entretiens individuels positifs et constructifs.

PUBLIC

Toute personne, jeune ou expérimentée, ayant des responsabilités managériales, hiérarchiques ou non.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émergence

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en management et en intelligence émotionnelle et relationnelle.



PRATIQUER UN MANAGEMENT PARTICIPATIF

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Créer un environnement de travail positif et motivant

2

Susciter l'engagement et l'adhésion de son équipe

3

Apprendre à manager par la confiance

4

Développer l'autonomie de son équipe

PRÉSENTATION

6% de salariés engagés dans les entreprises françaises. Ce constat alarmant pousse les managers à trouver de nouveaux leviers pour redonner motivation et sens au travail. Le management participatif est une des réponses les plus adaptées aux besoins des nouvelles générations pour s'épanouir dans leur vie professionnelle.

À l'issue de cette formation, vous serez capable d'entrer dans une nouvelle dynamique relationnelle avec vos collaborateurs, basée sur la confiance, la responsabilisation et l'autonomie.

PROGRAMME

- Les spécificités du management participatif : principes fondamentaux, rôles, missions & soft skills du manager participatif.
- Question de posture : êtes-vous au clair sur votre capacité à faire confiance ?
- Management par le sens : jongler entre la vision et le quotidien .
- La délégation comme outil de responsabilisation et d'autonomie : comment déléguer avec discernement et accompagner la montée en compétences.
- La prise d'initiative comme indicateur d'engagement : les conditions nécessaires à sa réussite (confiance, droit à l'erreur, écoute, questionnement...).
- Les feedback comme outils naturel de la dynamique relationnelle : que dire - Quand dire - Comment dire.
- Les différentes personnalités : les connaître, les comprendre, leur apporter ce dont elles ont besoin.

PUBLIC

Tout manager souhaitant développer l'engagement et l'épanouissement de ses équipes.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émargement

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en management et en intelligence émotionnelle et relationnelle.



DÉVELOPPER SON COURAGE MANAGÉRIAL

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Définir le courage managérial

2

Développer les compétences pour manager dans l'incertitude

3

Mobiliser son courage managérial au quotidien

4

Gérer les situations difficiles avec respect et bienveillance

PRÉSENTATION

Être manager, c'est être confronté quotidiennement (ou presque) à des situations complexes.

Qu'il s'agisse de prendre des décisions impossibles, de gérer une personnalité difficile, d'avancer dans l'incertitude ou encore de protéger les membres de son équipe ; cela demande d'oser faire ce qui est juste, ce qui peut être impopulaire, tout en assumant cette responsabilité (souvent) seule.

À l'issue de cette formation, vous serez capable de faire preuve de courage managérial dans toutes les situations challengeantes de la vie de votre équipe et de votre service.

PROGRAMME

- Le courage managérial : perceptions croisées & représentations personnelles.
- Les ingrédients du courage : naît-on courageux ou pouvons-nous le devenir ?
- "Pack aventure" : avantages / inconvénients du courage.
- "Boussole du courage" : outil précieux pour oser prendre et assumer des décisions difficiles et justes.
- Manager dans l'incertitude : comment inspirer confiance quand on est dans le brouillard ?
- Être un manager vulnérable : laisser tomber l'armure - cesser d'être fort pour être vrai.
- L'humilité du décideur : mise en application du précepte des stoïciens.
- Gérer les conflits interpersonnels avec élégance et respect.

PUBLIC

Tout manager souhaitant développer le courage de faire ce qui est juste dans son travail.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émargement

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en management et en intelligence émotionnelle et relationnelle.



ANIMER UN GROUPE DE TRAVAIL

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Incarner la posture
de manager non
hiérarchique

2

Créer puis entretenir
la cohésion au
sein d'un groupe
de travail

3

Animer avec plaisir
et efficacité un
groupe de travail

4

Gérer les situations
difficiles avec respect
et bienveillance

PRÉSENTATION

Animer une équipe, un projet, un groupe de travail sans avoir de lien hiérarchique nécessite de développer des compétences spécifiques pour créer de la confiance et susciter l'engagement à travers le temps.

Puisque la carotte et le bâton ne sont pas de votre ressort, il vous faudra trouver d'autres ressources et leviers de motivation.

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure d'entretenir le plaisir et l'engagement d'une équipe que vous managez sans lien hiérarchique.

PROGRAMME

- "Le blason" : créer une vision commune de l'animateur non hiérarchique.
- "L'arbre à personnages" : auto-évaluation de sa capacité à assurer sa mission.
- Passer des individualités au groupe : poser les valeurs & règles de vie du groupe de travail.
- Performance d'équipe : créer un climat sécurisant.
- Les 5 casquettes du manager transversal.
- Manager sans lien hiérarchique : avantages / inconvénients - Quels leviers disponibles ?
- Techniques d'animation : allier plaisir, efficacité et créativité.
- La prise de décision en collectif.
- Les différentes personnalités : les connaître, les comprendre, leur apporter ce dont elles ont besoin.
- Personnalités difficiles : les connaître, les reconnaître et les gérer.

PUBLIC

Toute personne étant amenée à encadrer une équipe en mode projet, avec ou sans lien hiérarchique

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émergence

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en management et en intelligence émotionnelle et relationnelle.

IDENTIFIER ET DÉVELOPPER LES SOFTSKILLS DE SON ÉQUIPE

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Comprendre ce que sont les soft skills

2

Identifier les soft skills clés de son équipe

3

Définir le plan de développement des soft skills de son équipe

PRÉSENTATION

Travailler ensemble relève d'une véritable intention et attention au quotidien.

Si la diversité des personnalités enrichit une équipe, celle-ci ne peut traverser les épreuves du temps qu'en partageant un socle commun de valeurs incarnées jour après jour par des comportements adéquats.

Cette formation, grâce à l'intelligence collective, permet à une équipe de renforcer sa cohésion et sa performance en créant un socle de compétences comportementales ("soft skills").

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de créer un environnement de travail de confiance où les valeurs de l'équipe sont une réalité vécue au quotidien.

PROGRAMME

- **Soft skills** : définition et enjeux.
- **Les 3 catégories de compétences** : émotionnelles, relationnelles, cognitives & les métacompétences.
- **"A prendre ou à laisser"** : choisir les compétences à développer dans son équipe.
- **"La boussole"** : entrer dans les représentations, les forces et limites des soft skills.
- **Le plan de développement des soft skills** selon le modèle du 70/20/10.
- **Evaluation de la montée en compétences** : comment être objectif ?
- **Les 3 temps d'un parcours de développement des soft skills** réussi.

PUBLIC

Tout manager souhaitant rendre son équipe plus humaine et performante.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émargement

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en intelligence émotionnelle et relationnelle, expérimentée dans l'accompagnement des groupes grâce à l'intelligence collective.

DÉVELOPPER SON EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Prendre conscience des freins à son efficacité professionnelle

2

Mettre le temps au service de ses priorités et objectifs

3

Chercher et trouver des solutions durables pour allier plaisir et efficacité

PRÉSENTATION

Manquer de temps, se sentir submergé par une montagne de travail est devenu dramatiquement commun dans le monde du travail.

Derrière cette réalité s'en cache souvent une autre, très personnelle, complexe qui vient perturber notre capacité de travail et notre bien-être.

À l'issue de cette formation, vous serez en capacité de prendre du recul sur votre rapport au temps et de revenir à l'essentiel. Pas de baguette magique mais beaucoup de bon sens.

PROGRAMME

- **Le temps & Moi** : Fast & Furious ou adepte du slow ?
- **Ce qui se cache derrière le "manque de temps"**
- **Bulles de respiration** : se remettre au contact du moment présent / être à l'écoute de soi.
- **Les maladies du temps** : chronophagie, réunionite, ouïte... De quoi souffrez vous ? Comment vous soigner ?
- **Les principales lois du temps** et leurs impacts concrets.
- **Le temps au service de ses priorités** : retrouver le sens de l'essentiel, distinguer urgent et important, oser prioriser.
- **Les mangeurs de temps** : prendre conscience de ce qui nous empêche d'être efficace.
- **Motivation et énergie** : 2 facteurs majeurs de notre efficacité : les mobiliser au quotidien.
- **"L'agenda idéal"** pour s'offrir un rythme de travail écologique.
- **Prévoir l'imprévu** : paramètre crucial de la sérénité au travail
- Les bonnes pratiques de l'efficacité professionnelle.

PUBLIC

Toute personne souhaitant allier plaisir, efficacité et sens dans son quotidien professionnel

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émargement

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une formatrice experte en efficacité professionnelle et en intelligence émotionnelle et relationnelle.



PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

Gérer son espace, libérer sa gestuelle et valoriser ses idées

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Renforcer sa présence :
voix, regard, corps

2

Savoir préparer son intervention.
Gérer le stress

3

Connaître les différents types de réunion

4

Savoir gérer les participants et les réactions en situation

PRÉSENTATION

Prendre la parole en public c'est s'adresser aux autres pour transmettre des idées, présenter un projet, animer une réunion. 90% de notre communication est non verbale et 10% est accordé aux mots.

Il s'agit d'être à l'aise devant son auditoire avec son corps, son regard et sa voix. Autant d'éléments qui seront travaillés en empruntant des techniques liées à la sophrologie et au théâtre.

Il s'agit aussi de construire son discours pour être convaincant et de s'entraîner à l'animation de différents types de réunion.

À l'issue de cette journée, vous serez en mesure de gagner sur vos craintes et de développer de la confiance sur vos capacités d'animateur.

PROGRAMME

- Développer son **aisance** à l'oral.
- Les 3 règles pour **bien communiquer**.
- Le **codage non-verbal** : voix, regard, corps.
- Gérer l'espace avec le **kinesthésique**.
- Gérer son trac par la **relaxation**.
- Construire une **intervention** pour convaincre.
- Le **codage verbal** : choix du style, des mots, des images, des slides, des objets, des photos...
- S'entraîner à **animer** les différentes formes de réunion.
- Savoir **gérer** les différentes personnalités.

PUBLIC

Toute personne souhaitant être plus à l'aise devant un auditoire et animer une intervention orale avec succès.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émergence

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette formation est animée par une ancienne journaliste, formée à la sophrologie et ayant une grande expérience dans la préparation à la prise de parole en public



S'INITIER A LA GESTION DE PROJET

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Comprendre les enjeux fondamentaux de la gestion de projet

2

Maîtriser des outils et efficaces de gestion de projet

3

Piloter l'avancement d'un projet

4

Animer et collaborer avec les parties prenantes d'un projet

PRÉSENTATION

Approche pragmatique permettant de mobiliser des ressources dans un périmètre et un délai limité, le mode "projet" nécessite la connaissance de quelques outils simples pour être mis en oeuvre. Cette formation vous propose, au travers d'un projet fil rouge, d'expérimenter les outils clefs de la gestion de projet. Légère, structurée et documentée pour assurer la réussite des projets et l'efficacité des équipes.

À l'issue de cette formation vous disposerez des outils nécessaires pour le pilotage de vos projets.

PROGRAMME

- "Note de cadrage" : point de départ fondamental pour rendre l'idée du projet compréhensible de tous et acter des règles du jeu.
- "Work breakdown Structure" : De l'expression du besoin au cahier des charges détaillé. Pour une vision globale et exhaustive du projet.
- "Diagramme de Gantt" : identification du chemin critique du projet , vérification de la faisabilité temporelle et allocation des ressources.
- "Parties prenantes" : connaître l'ensemble des acteurs du projet et gérer leur niveau d'implication. Jusqu'à la matrice RACI pour clarifier les responsabilités.
- Réunion de lancement de projet : assurer l'engagement des acteurs du projet et partir ensemble dans les meilleures conditions.
- Faire vivre le projet : plan de communication, réunions de projet & maîtrise des risques.
- "Gestion des changements" : les ajustements du triangle QCD.
- "REX" : développer l'amélioration continue du processus projet.

PUBLIC

Toute personne souhaitant découvrir les fondamentaux de la gestion de projet & gagner en maîtrise de son activité.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émergence

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 1 500€ HT.

Formule Association : à partir de 750€ HT.

Cette formation peut être réalisée en **co-animation** (+500€ HT / jour)

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LA FORMATRICE

Cette journée de formation est animée par une experte en management et en gestion de projet, forte d'expériences variées en la matière allant du grand groupe international à la mise en oeuvre de projets au sein de TPE / PME.



L'ART DU PORTRAIT POUR ALLER VERS SOI ET VERS L'AUTRE

2 jours
14 heures

Distanciel,
présentiel

10 pers.
max

PRÉREQUIS

Aucun

OBJECTIFS

1

Développer son empathie

2

Prendre conscience de l'image sociale (soi et l'autre)

3

Jouer avec les représentations de soi et s'en libérer

PRÉSENTATION

Osez une formation innovante pour sortir du cadre et vous faire tirer le portrait.

Cette formation, en partant de l'observation d'œuvres d'art, permet de prendre conscience des filtres qui colorent notre façon de voir le monde, l'autre et soi.

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de mieux maîtriser votre image, de vous en distancier et d'en jouer.

PROGRAMME

- Les portraits peints, dessinés, sculptés du 19ème au 21ème siècle : observation & interprétation.
- Les projections : ce que cela révèle de soi et de l'autre.
- Les fonctions du portrait dans la vie quotidienne (officiel, selfie, souvenir...).
- La représentation de soi : consciente et inconsciente.
- L'image de soi : ce que l'autre perçoit, ce que je veux donner à voir.
- "mon moi multiple" : intégration de toutes les facettes de sa personnalité ; révéler sa singularité et sa richesse.

Attention : Cette journée de formation requiert que les participants viennent avec des photos personnelles et acceptent de les partager avec le groupe.

PUBLIC

Toute personne souhaitant mieux se connaître et mieux rencontrer l'autre.

DATE ET LIEU

Lieu : France entière. Accueil dans un espace dédié sur site ou loué avec accessibilité PMR.

Dates : sur demande avec un délai de 15 jours minimum et sous réserve de nos disponibilités.

Vous êtes en situation de handicap ?

Nous vous accueillons de manière adaptée dans nos locaux et vous proposons un aménagement personnalisé de la prestation. Contactez notre référente handicap : nathalie@academie-audace.fr

MOYENS PÉDAGOGIQUES, SUIVI & ÉVALUATIONS

- 20% apports notionnels
- 50% ateliers & échanges
- 30% mises en situation & cas pratiques
- Supports pédagogiques
- Évaluation formative, formatrice et somative, Questions orales et écrites
- Enquête de satisfaction à chaud et à froid
- Feuilles d'émargement

TARIFS

Le tarif s'entend pour un groupe entre 4 & 10 personnes.

Formule Entreprises : à partir de 2000€ HT.

Formule Association : à partir de 1000€ HT.

OPTION - 150€ HT : webconférence collective d'une heure à J+45 pour partager les mises en application des apprentissages.

LES FORMATRICES

Cette formation est co-animée par une formatrice professionnelle, experte en histoire de l'art et une formatrice experte en intelligence émotionnelle et relationnelle.