

TroisQuatorze 16 sprl  
[www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)  
[info@TQ16.com](mailto:info@TQ16.com)  
+32 (0)2 673 14 16



**TroisQuatorze 16**

Présentation

Programme de formations

2022-2023



Bien-être psychosocial au travail

Formation | Accompagnement | Codéveloppement | Team Building | Librairie

[www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)





## Table des matières

### Présentation

Présentation de TroisQuatorze 16 sprl, *page 3*

Formations & interventions personnalisées, *page 4*

Team Building & Journées au vert « Mieux-vivre au travail », *page 5*

Accompagnement et Codéveloppement, *page 6*

Codéveloppement professionnel et managérial, *page 7*

### Programmes des formations inter-institutions :

Formations 'Mieux vivre au travail', *pages 8 à 13*

Formations 'Orientation et Insertion Socio Professionnelle', *pages 14 à 18*

Formations 'Codéveloppement', *page 19*

### Calendriers récapitulatifs 2022-2023

Formations 'Mieux vivre au travail', *page 20*

Formations 'Orientation et Insertion Socio Professionnelle', *page 21*

Formations 'Codéveloppement', *page 22*

## Information et contact

[www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)

Paul Flasse  
+32 (0)478.301.769  
paul.flasse@TQ16.com

Muriel Langouche  
+32 (0)478.900.774  
muriel.langouche@TQ16.com



# TroisQuatorze 16



## TroisQuatorze 16

Spécialiste en bien-être psychosocial au travail

### Notre Mission

Nous sommes un organisme de formation et de consultance spécialisé en mieux-être psychosocial. Dans le courant de la psychologie positive, nous développons des solutions pour allier performance et bien-être au travail.

En présence physique ou virtuelle, nos interventions s'adaptent à votre contexte et s'appuient sur vos ressources pour assurer un transfert optimal de nos expertises.



### Nos objectifs & pôles d'expertise

Nos objectifs sont l'appropriation et l'utilisation rapide et efficace par vos soins des outils et plans d'actions que nous développons et actualisons dans nos trois pôles d'expertise :

- 1 - Orientation et Insertion socio-professionnelle
- 2 - Mieux-être au travail et prévention des risques psychosociaux
- 3 - Facilitation et accompagnement d'équipes

### Nos dispositifs

#### Formations

##### *Comprendre et agir*

Pragmatiques et ludiques, issues de recherches récentes, nos formations sont interactives et expérientielles. Elles favorisent la remise en question et invitent à l'action.

Chaque trajet de formations est construit spécifiquement pour votre institution.

Nous proposons également la formule inter-institutions, dont le calendrier est disponible en détail pages 8 et suivantes et sur [www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)

#### Accompagnement et Codéveloppement

##### *Faire émerger et bénéficier de l'intelligence collective*

Individuel ou collectif, notre accompagnement mobilise les ressources et leviers de l'intelligence émotionnelle, relationnelle, sociale et collective. Systémique, agile et positive, notre posture d'accompagnement permet à chacun de se questionner et de se remettre en mouvement pour révéler le meilleur de lui-même.

A découvrir en détail sur [www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)

#### Team Buildings et Conférences

##### *Prendre du recul, se détendre ensemble et mieux collaborer*

Nous proposons une panoplie de conférences et activités orientées Mieux Être.

Allant du petit groupe au très grand groupe, de quelques heures à quelques jours, en présence physique ou virtuelle, les ateliers sont choisis, combinés, articulés et personnalisés en fonction de vos objectifs.

A découvrir en détail sur [www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)

#### Librairie

##### *Se ressourcer et s'outiller*

Une sélection d'ouvrages de références, dont la plupart des auteurs sont formateurs chez TroisQuatorze 16.

A découvrir et commander sur [www.TQ16.com](http://www.TQ16.com)

N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande d'intervention ou de formation !





Nous concevons et animons différents trajets de formations et interventions **sur mesure**.

Chaque trajet de formations est construit spécifiquement pour votre organisme ou peut s'intégrer dans notre programme de formation inter-institutions (pages 7 et suivantes).

Toutes nos formations assurent un transfert des acquis en s'articulant autour de mises en situation propres à votre réalité ; elles sont interactives et expérientielles.

## Orientation et Insertion socio professionnelle :

- o Accompagner sur le chemin du travail
- o Atelier méthodologique d'identification des intérêts et compétences
- o Accompagner les personnes en grandes difficultés
- o Le diagnostic de l'employabilité (logiciel)
- o Le Bilan de compétences
- o Formation à l'outil Explorama
- NEW o Formation à l'outil Anim'Mots
- NEW o Formation au photolangage (supports Anim'Mots et Parlimage)
- o S'outiller pour l'entretien
- o Communication et Négociation pour l'ISP
- NEW o L'Elaboration du Projet Professionnel
- o Méthode MAPPI®

## Mieux vivre au travail

- o L'assertivité, s'affirmer sans agresser
- o Gestion du stress
- NEW o Formation au photolangage (supports Anim'Mots et Parlimage)
- o Intelligence émotionnelle
- o Gestion de conflits et émotions
- o La manipulation : comprendre, agir et réagir
- o La reconnaissance au travail
- NEW o L'ABC des générations XYZ
- NEW o La confiance en jeu, Enjeux de confiance
- o Parler en public avec plaisir
- o L'ennéagramme
- o Le Mind Mapping
- o Amélioration de la relation d'aide
- o Les Cercles de legs
- o Prévenir le BurnOut et le BoreOut
- NEW o Un travail qui a du sens dans un monde en transition

## Codéveloppement

- o Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement
- o Validation et Accréditation d'une pratique lucide
- o Module de perfectionnement 1: Ouvertures et innovations
- o Module de perfectionnement 2: Codévelopper à distance
- o Module de perfectionnement 3: Évolution et maturité du groupe
- o Module de perfectionnement 4: Intelligence émotionnelle
- o Module de perfectionnement 5: Intelligence collective
- o Module de perfectionnement 6: Intelligence sociale
- o Module de perfectionnement 7: L'art du questionnement
- o Module de perfectionnement 8: Intelligence relationnelle
- o Module de perfectionnement 9: Codéveloppement et mieux être



# Team Building & Journées au vert « Mieux-vivre au travail »



## Mieux être au travail porte l'esprit d'équipe !

Pour animer et enrichir vos Team Building et journées au vert, nous vous proposons une panoplie de conférences et ateliers orientés Mieux Vivre au Travail.

Allant du petit groupe au grand groupe, d'une durée de quelques heures à quelques jours, chaque Team Building est construit sur mesure : les ateliers sont choisis, combinés, articulés et personnalisés en fonction de vos objectifs.

Les **conférences** ont pour objectif une prise de conscience ainsi qu'une sensibilisation collective des leviers du mieux être. Elles sont interactives et ludiques.

Les **ateliers** ont pour objectif une mise en action des participants et une intégration concrète des outils proposés.

### Conférences

Nos conférences sont interactives et participatives.

- o L'ABC des générations XYZ
- o Le rire pour gérer le stress au quotidien
- o Le rire, sa vie, son œuvre
- o Les émotions, une force à utiliser
- o L'assertivité : communiquer sans agressivité
- o Faut-il éviter les conflits ?
- o La reconnaissance au travail
- o Gestion du changement
- o Mieux-Vivre son Travail
- o Stress et gestion du stress
- o La performance par le plaisir
- o Leader ou manager ?
- o Histoire de confiance

### Yoga, détente & relaxation

- o Yoga du Rire
- o Bols tibétains
- o Relaxation & Méditation
- o Atelier de Sophrologie
- o Initiation au Hatha-Yoga
- o Atelier de gestion du stress

### Voix, chants & rythmes

- o Atelier Djembé
- o Voix et respiration
- o Chants polyphoniques
- o Danse primitive
- o Chants Pygmés

### Corps & mouvements

- o Survivre dans un monde de chaises
- o Initiation au Tai Chi Chuan
- NEW o Initiation au Qi Gong
- o Auto massage - Do in
- o Initiation au Yoga en mouvement

### Créativité et lâcher-prise

- o Créativité Picturale Commune
- o Power Training de l'Imagination
- o Jeux de société pour enjeux de sociétés

### Ateliers Nutrigourmands

- NEW o Bien manger pour gérer son stress
- o Ensemble Chocolat
- o Concerto pour Vin et Voix
- o Team cooking
- o Dîner en Pleine Conscience
- o Walking dinner

### Nature, marche et santé

- o Randonnée chamelière dans le désert
- o Le secret des Huiles Essentielles
- o Marche consciente

### Rallyes découvertes

- o Rallye parcours découvertes de Bruxelles
- o Walking dinner

### Ateliers individuels

- o Massage sur chaise
- o Reiki
- o Réflexologie plantaire
- o Shiatsu



# Accompagnement et Codéveloppement professionnel



## Accompagner

Permettre à chacun de donner le meilleur de lui-même requiert une attention constante. Garder le cap en zone de turbulences et maintenir l'équilibre au sein d'une équipe est un défi permanent.

Prendre du recul se révèle parfois indispensable pour faire le point sur une situation et trouver des solutions optimales pour tous.

Être accompagné ponctuellement dans cette réflexion par un intervenant externe facilitant le processus est un réel investissement qui permet à chacun de se recentrer sur l'essentiel.

Lorsqu'une personne ou une équipe traverse une situation complexe ou douloureuse, nous l'accompagnons professionnellement avec humanité. Que ce soit en accompagnement individuel ou collectif, chacune de nos missions est rapidement porteuse de mieux-être et d'autonomie.

Spécialisés en activation et remobilisation des ressources, nous sommes experts en intelligence collective et priorisons toujours une dynamique participative permettant à chacun de s'exprimer, s'impliquer et donner le meilleur de lui-même tout en développant ses compétences sociales et relationnelles.

Formés notamment en intelligence émotionnelle, en communications assertive et en gestion de conflits, notre objectif est d'encourager au maximum le développement de la lucidité, l'agentivité et l'empowerment (pouvoir agir) de chacun.

### Actions

- o Animations de réunions
- o Intervention de gestions de conflits
- o Dynamique d'équipe
- o Recrutement et sélection
- o Gestion de mobilité interne
- o ...

## Codévelopper

Le groupe de Codéveloppement est une méthode structurée d'apprentissage collaboratif qui se pratique au sein d'une équipe ou en réunissant des profils issus de plusieurs services et/ou fonctions. Tout professionnel, quel que soit ses responsabilités, bénéficiera de ce processus d'entraide qui s'appuie directement sur sa pratique professionnelle et les situations qui lui sont propres.

Le Codéveloppement Professionnel cultive la divergence, développe l'autonomie et la coopération et permet de créer un espace de recul, de réflexion et de créativité.

Rien de tel que de l'expérimenter chez vous pour en découvrir toute la richesse !

Le Codéveloppement Professionnel révèle sa puissance s'il se pratique dans les règles de l'art et respecte la philosophie et les principes de base de ses Co créateurs québécois, Adrien Payette et Claude Champagne. Ne s'improvise pas animateur de Codéveloppement qui veut !



# Codéveloppement



ACADÉMIE BELGE DE CODEVELOPPEMENT

## Vivre et faire émerger l'intelligence collective Développer et révéler vos talents

Le **Codéveloppement Professionnel** est un processus formatif d'un nouveau type développé au Québec.

Sa méthodologie spécifique, simple et subtile, génère une dynamique de groupe unique, fait émerger l'intelligence collective, permet à chacun de se découvrir de nouvelles compétences professionnelles et de se mettre en action pour mieux vivre son travail.

### Objectifs

- o Expérimenter les bienfaits de l'intelligence collective
- o Permettre la résolution des problèmes réels, concrets et complexes
- o Développer et révéler les talents
- o Accélérer et pérenniser le développement professionnel et/ou managérial

### Être membre d'un groupe de Codéveloppement professionnel c'est:

- o Apprendre à prendre du recul, à initier un réflexe d'analyse réflexive
- o Bénéficier d'un groupe professionnel « support »
- o Apprendre à mieux travailler en groupe
- o Apprendre à aider, apprendre à coacher
- o Apprendre à être aidé, apprendre à être coaché
- o Prendre confiance dans ses idées et son expérience

### Bénéficiez du Codéveloppement dans vos institutions

Investissez dans l'intelligence collective de vos équipes !

Le Codéveloppement se pratique au sein d'une équipe ou en réunissant des profils issus de plusieurs services et/ou fonctions.

Tout professionnel peut bénéficier de ce processus formatif qui s'appuie directement sur sa pratique professionnelle et les situations qui lui sont propres.

Pour en découvrir toute la richesse, rien de tel que de l'expérimenter chez vous !

### Devenez animateur de Codéveloppement professionnel

Animer un groupe de Codéveloppement ?

Cela peut sembler facile à première vue, et pourtant l'animation d'un groupe de Codéveloppement est spécifique et ne s'improvise pas.

L'expertise de l'animateur est l'ingrédient indispensable à sa réussite.

Garant du processus, il en maintient le cadre et en balise le déroulement en continu.

Les parcours de formation, de validation des pratiques et accréditation sont organisés en partenariat avec l'Académie Belge de Codéveloppement Professionnel [www.codeveloppement.be](http://www.codeveloppement.be)

Pour respecter cette magnifique démarche,

**nous nous engageons pour la professionnalisation du métier d'animateur de groupes de Codéveloppement Professionnel**

en lien avec les Associations Belge et Québécoise du Codéveloppement Professionnel.

**N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande d'intervention ou d'accréditation!**





### L'assertivité, pour communiquer de façon sereine et constructive [F906]

#### Un modèle de communication non violente

L'assertivité propose une autre manière de communiquer.

Communiquer de manière assertive, c'est affirmer ses droits, se prononcer de manière sereine et constructive et donner son opinion sans agressivité.

L'objectif de l'assertivité est d'aider chacun, face à une situation, à définir clairement sa position, à la faire connaître, à la défendre sans agressivité tout en admettant des positions différentes de la part des autres.

#### Objectifs

Donner à chacun les moyens

- o de s'affirmer sans agressivité et de manière sereine
- o d'apprendre à dire 'non'
- o de prendre conscience de ses émotions
- o d'adapter son comportement dans des situations précises afin de mieux exprimer sa personnalité
- o d'obtenir plus de satisfaction de son environnement personnel et professionnel

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 09 et 10 mai 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 24 et 25 avril 2023	

### Gestion du stress et mieux vivre au travail [F921]

#### Gérer son stress au quotidien

Améliorer son bien-être au travail, en gérant son stress plutôt qu'en le subissant... c'est possible !

Cette formation permet de comprendre le (et son) stress, pour pouvoir se mettre en action.

Dans ce cadre, elle propose une série d'outils pratiques et techniques directement utilisable pour gérer son stress au quotidien.

#### Objectifs

- o Identifier les facteurs de stress et les atténuer pour mieux-vivre au travail
- o Donner à chaque participant les moyens
  - d'identifier les facteurs de stress propres à son travail
  - d'analyser sa situation de travail et de prendre du recul
  - de comprendre les causes de stress
  - de se mettre en action afin d'en atténuer les effets
- o Découvrir et pratiquer des outils de gestion du stress pratiques directement utilisables au quotidien
- o In fine et à moyen terme, permettre à chacun d'améliorer son bien-être au travail

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 06 et 07 octobre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 05 et 06 octobre 2023	





### Prévenir le BurnOut et le BoreOut [F966]

#### Mieux vivre son travail

Être bien au travail ne va pas de soi. De nombreux travailleurs s'épuisent à la tâche et vivent sous stress. D'autres sont insatisfaits et montrent des indices évidents de désintérêt et de démotivation.

Les uns comme les autres éprouvent une perte de sens et ressentent l'envie de changer d'employeur, de métier... ou de prendre leur retraite.

Le paradoxe du travail est, en effet, le risque de tenir-prise par excès, ce qui mène à l'épuisement, ou de lâcher-prise par défaut, ce qui conduit à l'obsolescence.

La dynamique de maintien professionnel permet de trouver son équilibre et de se positionner entre ces deux extrêmes que sont le BurnOut et le BoreOut

Il incombe autant au travailleur qu'à son environnement de permettre cet équilibre et d'y être attentif.

#### Objectifs

Cette formation propose de faire le point en matière de bien-être psychosocial au travail.

A partir d'un autodiagnostic, elle permet d'acquérir des outils de compréhension et de prévention des risques d'épuisement ou d'obsolescence.

Différentes stratégies seront proposées afin de mieux-vivre son travail et d'y retrouver du sens.

☺ Formatrice	M. Langouche	📅 Calendrier	
⌚ Durée	2 jours	📅 13 et 14 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 12 et 13 juin 2023	

### Un travail qui a du sens dans un monde en transition [F933]

Le monde dans lequel nous vivons est en cours de mutation et notre mode de vie est bien ancré dans une culture et des traditions qui peuvent compliquer l'adaptation nécessaire face aux crises économiques, catastrophes climatiques, pandémies, mouvements de population que nous rencontrons.

« Est-ce que mon activité tient compte des enjeux du monde ? » « Est-ce que je dois garder mon activité, l'arrêter, la transformer ? » Trouver du sens dans son travail, développer une activité qui ait du sens dans le monde d'aujourd'hui est important, pour être dans une trajectoire de bien être au travail et garder son cap.

#### Objectifs

Mettre à disposition des participants des outils théoriques et pratiques pour

o comprendre pourquoi il est important que les activités professionnelles s'adaptent et contribuent aux mutations sociétales actuelles

o faciliter l'adaptation de leur activité à un monde en transition

o découvrir et expérimenter des idées et des outils pratiques pour développer un projet de transition au travail

☺ Formateur	J. Dusoulier	📅 Calendrier	
⌚ Durée	2 jours	📅 09 et 10 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 08 et 09 juin 2023	



### La manipulation : comprendre, agir et réagir [F941]

#### Apprendre à contre-manipuler

Prendre conscience que nous nous trouvons face à un manipulateur ou à une manipulatrice n'est pas toujours chose aisée.

Cela peut être perturbant voire déstabilisant...

Et puis, une fois le fait acquis, que peut-on faire ? Comment agir ?

#### Objectifs

- o Comprendre la manipulation, la différence entre harcèlement moral et manipulation
- o Décoder le triangle infernal
- o Identifier les différents types de manipulateurs
- o Comprendre les processus d'agissement des manipulateurs
- o Se mettre en action pour agir de manière proactive et réagir adéquatement face aux manipulateurs
- o Apprendre à contre-manipuler

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 23 et 24 mai 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 06 et 07 avril 2023	

### La reconnaissance au travail [F936]

#### La reconnaissance, ça motive !

La reconnaissance de son travail, de ses compétences et de son investissement professionnel, le sentiment d'exister sont autant de sources de motivation pour le travailleur.

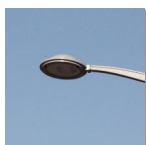
Pour qu'une relation interpersonnelle soit de qualité et que chacun se sente motivé dans son travail, il est nécessaire que chacune des personnes se sente importante, compétente et reconnue à ses propres yeux et dans le regard de l'autre.

Tout en restant dans une structure institutionnelle claire et cadrée, en toute bienveillance et sans complaisance, il importe de créer un climat dans lequel les équipes, les collaborateurs se sentent valorisés et reconnus.

#### Objectifs

- o Appréhender le concept même de 'reconnaissance' : qui la donne, comment la donner, pourquoi...
- o Comprendre l'importance des signes de reconnaissance pour soi et son équipe
- o Dégager des pistes d'action personnelles pour concrétiser le processus de reconnaissance par une qualité relationnelle

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 09 et 10 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 12 et 13 octobre 2023	



### La confiance en jeu, Enjeux de confiance [F978]

Agileté, Créativité, Confiance !

S'écouter, se faire confiance, faire confiance au groupe, développer sa créativité, voler d'une idée à l'autre, se découvrir, se redécouvrir, prendre des initiatives, se dépasser...le tout en jouant, en laissant s'exprimer l'enfant qui est en nous. Et si nous retrouvions les racines de l'agilité, de la créativité et de la confiance, en nous mettant en scène ? Bienvenue dans le monde du « Jeu Dramatique » !

Cette formation propose aux participants de développer une série de compétences nécessaires pour être à l'aise et évoluer sereinement, et ce aux moyens d'exercices et de jeux théâtraux.

#### Objectifs

Donner à chacun la possibilité de renforcer ses qualités en matière

- o de créativité et d'agilité
- o de confiance en soi, en l'autre et dans le groupe
- o de prise de parole en public
- o de lâcher prise

Donner à chacun la possibilité d'expérimenter le théâtre, en abordant l'improvisation, la création de personnage, la création de fictions

☺ Formateur	R. Van Dyck	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 27 et 28 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 26 et 27 juin 2023	

### Parler en public avec plaisir ! [F909]

Passer de la peur au plaisir de parler !

Certains semblent à l'aise devant un groupe et captent naturellement l'attention de leur public.

Ils sont efficaces et convaincants. Pour d'autres, c'est l'enfer...

Et si vous étiez plus charismatique que vous ne l'imaginiez ?

La voix est l'outil privilégié de la communication, de l'expression et de l'affirmation de soi.

Notre capacité à transmettre un message, efficacement, dépend en grande partie de la manière dont nous l'utilisons... et de la congruence entre ce que nous disons et la façon dont nous nous exprimons.

#### Objectifs

Utiliser les ressources de la voix, de la parole et du corps pour :

- o parler en public avec plaisir et oser prendre la parole en public
- o s'exprimer clairement avec assurance
- o développer son charisme
- o éviter la fatigue vocale.
- o redécouvrir une assurance, voire une autorité naturelle et développer la confiance en soi
- o poser sa voix et en faire une alliée

☺ Formateur	J.C. Spies	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 23 et 24 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 22 et 23 juin 2023	



### L'ABC des générations XYZ <sup>[F969]</sup>

#### Se comprendre pour mieux collaborer

La génération Y et la génération Z rejoignent au travail les générations Baby-Boom et X.

Des générations différentes, qui présentent des modes de fonctionnement propres, des valeurs distinctes, d'autres besoins...

« Chaque génération se croit plus intelligente que la précédente et plus sage que la suivante » nous dit G. Orwell.  
Que faire pour rendre la cohabitation intergénérationnelle positive, constructive et synergique ?

#### Objectifs

- o Découvrir les générations BB-X-Y-Z
- o Comprendre ce qui sous-tend et caractérise chaque génération
- o Mesurer les enjeux de leur cohabitation professionnelle
- o Ouvrir son regard aux autres générations
- o Intégrer des outils de compréhension active des générations entre elles
- o In fine et à moyen terme, permettre à chacun d'améliorer ses relations au travail

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 16 et 17 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 30 et 31 mai 2023	

### Formation au Photolangage—Anim'Mots et Parlimage <sup>[F999]</sup>

#### La photo comme vecteur de communication

Le photo-langage offre une large possibilité d'utilisation, tant en entretien individuel qu'en groupe. Il peut être utilisé comme média projectif afin d'entamer et faciliter la réflexion sur soi, la prise de conscience, le dialogue et la rétroaction individuelle ou de groupe. Il permet de partager des perceptions en toute subjectivité et d'accueillir la diversité des regards à propos de sujets présentés comme extérieurs à nous.

Les cartes permettent également d'identifier, de représenter et d'exprimer des émotions, des sentiments, des attitudes ou des réactions, et ce, dans différentes situations et contextes professionnels ou privés.

Quel que soit le cadre, l'usage de la photographie et du photo-langage repose sur trois facteurs essentiels : le support photographique lui-même, la personne ou le groupe et la posture de l'intervenant.

Cette formation permettra de réfléchir à la combinaison de ces facteurs dans un contexte donné, en permettant au participant de découvrir et d'expérimenter deux photo-langages puissants et complémentaires : ANIM'MOTS et PARLIMAGE.

#### Objectifs

- o Découvrir et/ou de se familiariser à la technique du Photolangage
- o Découvrir et/ou de se familiariser aux outils ANIM'MOTS et PARLIMAGE
- o Se situer personnellement par rapport à ces outils
- o Explorer le spectre de leurs utilisations possibles

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 29 et 30 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 27 et 28 novembre 2023	



### Intelligence Emotionnelle [F974]

Les émotions : une force ! Et si nous apprenions à l'utiliser ?

Trop longtemps les émotions ont été considérées comme une manifestation personnelle, parfois gênante, perturbante voire envahissante et qu'il importait de gérer, de contrôler, de maîtriser, de ne pas manifester.

Et si c'était le contraire ? Et si nos émotions étaient en réalité une force nous animant et nous permettant d'avancer, tant dans nos vies personnelles que professionnelles ?

#### Objectifs

Donner à chacun les moyens

- o d'aborder sereinement ses émotions
- o de prendre conscience de ses émotions
- o d'apprendre des techniques pour vivre avec ses émotions et non malgré elles
- o d'apprendre à utiliser la force des émotions
- o d'adapter son comportement dans des situations précises afin de mieux exprimer sa personnalité
- o d'obtenir plus de satisfaction de son environnement personnel et professionnel

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
⌚ Durée	2 jours	📅 22 et 23 septembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 21 et 22 septembre 2023	



## Accompagner sur le chemin du travail, de l'insertion professionnelle à la gestion de carrière [F804] - Séminaire. D. Clavier

Accompagner, c'est aller chercher la personne là où elle se trouve pour se rendre ensemble, d'un commun accord, là où elle souhaite aller.

Dans un contexte de recherche d'emploi, il s'agit d'intégrer trois intentions : celle du chercheur d'emploi, celle du conseiller et celle du recruteur.

Accompagner sur le chemin du travail consiste à adopter une démarche rigoureuse et complète d'accompagnement prenant en compte : les champs éducatif, carriérologique et psychologique, de façon concomitante et systématique.

### Objectifs

Mettre à disposition des participants, professionnels de l'accompagnement vers l'emploi :

- o des outils théoriques et méthodologiques pour faciliter leur travail et optimiser leurs prestations
- o des jeux et exercices favorisant la prise de conscience, la réflexion individuelle ou le consensus dans le groupe

☺ Formateur	J. Dusoulier	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 29 et 30 mars 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 29 et 30 mars 2023	

## L'accompagnement des personnes en grandes difficultés

[F811] - Séminaire D. Clavier

Cette formation est réservée aux professionnels ayant suivi la formation « Accompagner sur le chemin du travail ». Accompagner les personnes en grandes difficultés, c'est comprendre leurs problématiques, pour être capable de proposer une stratégie d'accompagnement parfaitement adéquate et adaptés à l'individu ou au groupe concerné.

Aborder les freins des personnes, avec, notamment, leur poids dans la relation de conseil et les difficultés qu'ils engendrent face à l'atteinte des objectifs.

### Objectifs

Mettre à disposition des participants, professionnels de l'accompagnement vers l'emploi, des outils théoriques et méthodologiques pour faciliter leur travail et optimiser leurs prestations, et leur permettant :

- o de structurer un entretien adapté à ce type de public
- o d'aider progressivement le candidat à préciser la nature de ses freins au retour à l'emploi
- o de produire l'apport éducatif nécessaire pour favoriser l'insertion professionnelle
- o d'utiliser les ressources du candidat en difficultés pour construire sa stratégie d'accompagnement
- o d'identifier la nature de la relation mise en place par le candidat en difficultés, entre lui et son conseiller, afin de l'utiliser comme élément de déblocage de la situation
- o d'éviter les erreurs classiques qui sont généralement génératrices de freins complémentaires et favorables à l'allongement du parcours d'insertion.

☺ Formateur	J. Dusoulier	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 24 et 25 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 23 et 24 novembre 2023	



## Identification des Intérêts & Compétences, atelier méthodologique

[F808] - Séminaire D. Clavier

Dans un contexte de recherche d'emploi, il importe d'aider les chercheurs d'emploi à être au clair sur leurs intérêts professionnels et à être capable d'en parler en cohérence avec leurs compétences.

### Objectifs

Mettre à disposition des participants, professionnels de l'accompagnement vers l'emploi, des outils théoriques et méthodologiques pour faciliter leur travail et optimiser leurs prestations, et leur permettant :

- o de valoriser l'expérience des candidats et renforcer leur estime d'eux-mêmes
- o de préciser les intérêts professionnels des candidats et ainsi faciliter leurs choix dans l'élaboration du projet professionnel
- o de soutenir les candidats dans leur démarche de définition de leurs compétences, de façon individuelle ou en atelier
- o de valoriser le parcours professionnel des candidats
- o d'aider les candidats à définir leur valeur ajoutée auprès d'un employeur.

☺ Formateur	J. Dusoulier	📅 Calendrier	
⌚ Durée	1 jour	📅 31 mars 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	250 € htva	📅 31 mars 2023	

## Un travail qui a du sens dans un monde en transition

Le monde dans lequel nous vivons est en cours de mutation et notre mode de vie est bien ancré dans une culture et des traditions qui peuvent compliquer l'adaptation nécessaire face aux crises économiques, catastrophes climatiques, pandémies, mouvements de population que nous rencontrons.

« Est-ce que mon activité tient compte des enjeux du monde ? » « Est-ce que je dois garder mon activité, l'arrêter, la transformer ? » Trouver du sens dans son travail, développer une activité qui ait du sens dans le monde d'aujourd'hui est important, pour être dans une trajectoire de bien être au travail et garder son cap.

### Objectifs

- Mettre à disposition des participants des outils théoriques et pratiques pour
- o comprendre pourquoi il est important que les activités professionnelles s'adaptent et contribuent aux mutations sociétales actuelles
  - o faciliter l'adaptation de leur activité à un monde en transition
  - o découvrir et expérimenter des idées et des outils pratiques pour développer un projet de transition au travail

☺ Formateur	J. Dusoulier	📅 Calendrier	
⌚ Durée	2 jours	📅 09 et 10 juin 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 08 et 08 juin 2023	



## Le Bilan de Compétence [F897] - Séminaire. D. Clavier

### Apprendre à pratiquer le Bilan de Compétences

Cette formation est réservée aux professionnels ayant suivi les formations « Accompagner sur le chemin du travail » ainsi que la formation "Séminaire d'identification des intérêts et compétences"

Cette formation vise à fournir les bases solides et indispensables à une pratique professionnelle rigoureuse du Bilan de Compétences.

#### Objectifs

- o Apprendre à pratiquer le Bilan de Compétences
- o Découvrir les différents thèmes et leurs implications
- o Découvrir le poids dans la relation au travail, sa mise en œuvre avec entraînement collectif
- o Découvrir la spécificité de l'entretien par rapport au thème abordé et ses difficultés

☺ Formatrice	H. Asfar El Oulidi	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 15 et 16 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 14 et 15 novembre 2023	

## Le diagnostic de l'employabilité [F816] - Séminaire. D. Clavier

Diagnostic Employabilité : un outil de diagnostic informatisé pour toutes personnes à la recherche d'un emploi

Si Mr Toulemonde vous questionne sur les raisons pour lesquelles il ne trouve pas d'emploi, que lui répondez-vous ? « C'est une question de méthode ? » « D'environnement ? » « De dynamisme ? » « De cible ? »  
Ou les raisons lui sont-elles plus personnelles ? Sur quoi repose votre diagnostic ?

Diagnostic Employabilité, un outil de diagnostic simple, rapide et rigoureux

Il fait gagner un temps précieux et augmente la fiabilité des diagnostics en prenant en compte, dès le premier rendez-vous, des éléments qui ne pourraient autrement être connus du conseiller qu'après plusieurs heures d'entretiens.

Diagnostic Employabilité nécessite une formation (obligatoire) pour pouvoir être utilisé.

#### Objectifs

- o Savoir mettre en place un cadre de passation structurant optimisant le processus et
- o Savoir lire et interpréter les dossiers Diagnostic Employabilité
- o Savoir mener un entretien de restitution
- o Savoir utiliser les résultats fournis pour faciliter la construction avec le candidat d'une stratégie et d'un parcours d'aide à l'insertion

☺ Formatrice	H. Asfar El Oulidi	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 17 et 18 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 16 et 17 novembre 2023	

Prix des passations : à partir de 6,50 euros htva (tarif dégressif selon quantités)





# Formations 'Orientation et insertion socio professionnelle'



## Elaboration du Projet Professionnel [F899]

### Démarche éducative et Projet Professionnel

Cette méthode s'inspire d'une méthode québécoise développée par D. Pelletier, constitue une démarche éducative d'accompagnement. S'orienter, faire des choix, piloter son parcours et sa vie professionnelle est devenu extrêmement complexe dans un environnement économique incertain et imprévisible.

La méthode s'adresse aux professionnels de l'emploi, de l'orientation, des bilans, de l'insertion, des ressources humaines. Elle permet à la personne qui en bénéficie : de prendre des choix conscients et responsables, d'être auteur et acteur de ses décisions, de mettre son futur en perspective, en restant attentif aux opportunités. Dans ce modèle, les choix et les décisions suivent le principe suivant : 1- Exploration, 2- Cristallisation, 3- Spécification, 4- Réalisation

### Objectifs

- o Connaître la démarche de construction de projet et ses différentes facettes d'utilisation
- o Acquérir des repères pour identifier les différentes pratiques d'aide à la construction de projet
- o Connaître les caractéristiques principales de l'approche éducative (ADVP)
- o Acquérir des repères pour analyser une demande d'aide au projet
- o Identifier l'aide à apporter à une personne dans l'élaboration de son projet professionnel
- o Acquérir une méthode pour mener des entretiens d'aide à l'élaboration de projet
- o Savoir utiliser des premiers outils de base pour répondre à une demande

☺ Formatrice	F. Guillemain	📅 Calendrier	
🕒 Durée	3 jours	📅 23, 24 et 25 mars 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	750 € htva	📅 22, 23 et 24 mars 2023	

## Communication et de Négociation pour l'ISP [F822]

Il existe parfois un malaise entre le monde de l'Insertion Socio Professionnelle et le monde des employeurs... Pourtant, il est primordial d'aborder toute relation entre un Conseiller en emploi et un (futur) employeur dans une démarche gagnant-gagnant. Comment s'adapter à son interlocuteur ?

Comment préparer sa négociation afin de valoriser au maximum les compétences et la motivation des stagiaires de l'ISP et multiplier ainsi leurs chances de décrocher un emploi ?

Comment répondre aux objections de son interlocuteur ?

### Objectifs

- o Lever les malaises et les craintes ressentis/ies par les conseillers en emploi ou agents d'insertion dans leurs démarches vis-à-vis du secteur privé
- o Accroître leur assertivité vis-à-vis du secteur privé en général
- o Intégrer une communication adaptée et se rapportant aux codes du secteur privé
- o Développer une argumentation plus efficace et plus apte à les convaincre de l'adéquation entre les compétences des stagiaires et les attentes des employeurs
- o Construire une méthode leur permettant d'adopter et de mettre en pratique, dans leurs relations avec les entreprises en règle générale, une démarche « commerciale » centrée sur les résultats.

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
🕒 Durée	2 jours	📅 15 et 16 décembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 14 et 15 décembre 2023	



# Formations 'Orientation et insertion socio professionnelle'



## Formation au Photolangage—Anim'Mots et Parlimage [F999]

La photo comme vecteur de communication

La photo comme vecteur de communication

Le photo-langage offre une large possibilité d'utilisation, tant en entretien individuel qu'en groupe. Il peut être utilisé comme média projectif afin d'entamer et faciliter la réflexion sur soi, la prise de conscience, le dialogue et la rétroaction individuelle ou de groupe. Il permet de partager des perceptions en toute subjectivité et d'accueillir la diversité des regards à propos de sujets présentés comme extérieurs à nous.

Les cartes permettent également d'identifier, de représenter et d'exprimer des émotions, des sentiments, des attitudes ou des réactions, et ce, dans différentes situations et contextes professionnels ou privés.

Quel que soit le cadre, l'usage de la photographie et du photo-langage repose sur trois facteurs essentiels : le support photographique lui-même, la personne ou le groupe et la posture de l'intervenant.

Cette formation permettra de réfléchir à la combinaison de ces facteurs dans un contexte donné, en permettant au participant de découvrir et d'expérimenter deux photo-langages puissants et complémentaires : ANIM'MOTS et PARLIMAGE.

### Objectifs

- o Découvrir et/ou de se familiariser à la technique du Photolangage
- o Découvrir et/ou de se familiariser aux outils ANIM'MOTS et PARLIMAGE
- o Se situer personnellement par rapport à ces outils
- o Explorer le spectre de leurs utilisations possibles

☺ Formateur	P. Flasse	📅 Calendrier	
⌚ Durée	2 jours	📅 29 et 30 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	500 € htva	📅 27 et 28 novembre 2023	

## Formation à l'EXPLORAMA [F818]

A la découverte des environnements professionnels, pour s'orienter en images !

Les professionnels de l'insertion constatent souvent que les personnes en recherche d'orientation connaissent peu de métiers. Prisonniers de leurs représentations, ils ne s'imaginent que dans quelques professions, souvent toujours les mêmes, dans un contexte environnemental figé.

L'Explorama, par le support des photographies d'univers professionnels, permet de construire des réponses. Il permet de découvrir des environnements et d'élargir ses choix.

### Objectifs

- o Enrichir ses pratiques professionnelles quotidiennes par l'utilisation de l'outil
- o Réfléchir à la place des environnements professionnels dans la problématique d'orientation

☺ Formatrice	S. Darré	📅 Calendrier		
⌚ Durée	1 jour	📅 07 février 2022	📅 22 avril 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	250 € htva	📅 02 décembre 2022	📅 14 avril 2023	
		📅 01 décembre 2023		



# Formations 'Codéveloppement professionnel'



## Formation à l'animation de Groupes de Codéveloppement

### Public et prérequis

A l'attention des professionnels de l'accompagnement et des ressources humaines prêts à s'engager dans une démarche d'intelligence collective et ayant un intérêt pour l'animation et la dynamique de groupes.

Les participants doivent avoir de l'expérience dans l'animation et l'accompagnement de petits groupes

### Objectifs

- o Pour vivre le Codéveloppement et savoir de qui on parle
- o Pour apprendre à animer des groupes de Codéveloppement
- o Pour renforcer ses compétences d'animateur ou d'animatrice de groupes de Codéveloppement
- o Pour ajuster sa posture d'animation de groupes de Codéveloppement

☺ Formatrice	M. Langouche	📅 Calendrier 2022		
🕒 Durée	4 jours	📅 Gr.16 Distanciel 10 et 24 février 2022 15 et 31 mars 2022	📅 Gr.17 Présentiel 10 et 11 mars 2022 25 et 26 avril 2022	Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	1.400 € htva	📅 Gr.18 Présentiel 30 et 31 mai 2022 04 et 05 juillet 2022	📅 Gr.19 Présentiel 19 et 20 sept 2022 10 et 11 oct 2022	

☺ Formatrice	M. Langouche	📅 Calendrier 2023		
🕒 Durée	4 jours	📅 Gr.20 Présentiel 16 et 30 janvier 2023 13 fév et 13 mars 2023	📅 Gr.21 Présentiel 17 et 31 janvier 2023 14 fév et 14 mars 2023	Formation également organisée à la demande : contactez-nous !
€ Modalité	1.400 € htva	📅 Gr.22 Présentiel 18 et 19 sept 2023 09 et 10 oct 2023	📅 Gr.23 Distanciel 28 sept et 05 oct 2023 12 et 19 oct 2023	

## Validation et Accréditation d'une pratique lucide

### Prérequis

Avoir suivi la Formation à l'Animation de groupes de Codéveloppement ou pratique équivalente : contactez-nous

### Objectifs

- o Pour s'affirmer dans une posture d'animation consciente de groupes de Codéveloppement

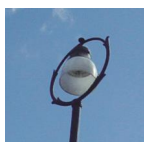
☺ Formatrice	M. Langouche	📅 Calendrier 2022		
🕒 Durée	3 jours	📅 07, 21 et 22 novembre 2022	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !	
€ Modalité	1.700 € htva			

☺ Formatrice	M. Langouche	📅 Calendrier 2023		
🕒 Durée	3 jours	📅 03 avril, 17 et 18 avril 2023	📅 Formation également organisée à la demande : contactez-nous !	
€ Modalité	1.700 € htva	📅 13 nov, 4 et 5 déc 2023		

2022

2023

📖 Formation	☺ Formateur	📅 Dates	📄 Page
L'assertivité	P. Flasse	9+10/05/2022	8
La manipulation : comprendre, agir et réagir	P. Flasse	23+24/05/2022	10
Un travail qui a du sens dans un monde en transition	J. Dusoulier	09+10/06/2022	9
Prévenir le BurnOut et le BoreOut	M. Langouche	13+14/06/2022	9
L'ABC des générations XYZ	P. Flasse	16+17/06/2022	12
Parler en public avec plaisir	J.-C. Spies	23+24/06/2022	11
La confiance en jeu, Enjeux de confiance	R. Van Dijck	27+28/06/2022	11
Intelligence Emotionnelle, Communication et Relations	P. Flasse	22+23/09/2022	13
Gestion du stress et mieux vivre au travail	P. Flasse	06+07/10/2022	8
La reconnaissance au travail	P. Flasse	09+10/11/2022	10
Formation au Photolangage (Anim'Mots et Parlimage)	P. Flasse	29+30/11/2022	12
La manipulation : comprendre, agir et réagir	P. Flasse	06+07/04/2023	10
L'assertivité	P. Flasse	24+25/04/2023	8
L'ABC des générations XYZ	P. Flasse	30+31/05/2023	12
Un travail qui a du sens dans un monde en transition	J. Dusoulier	08+09/06/2023	9
Prévenir le BurnOut et le BoreOut	M. Langouche	12+13/06/2023	9
Parler en public avec plaisir	J.-C. Spies	22+23/06/2023	11
La confiance en jeu, Enjeux de confiance	R. Van Dijck	26+27/06/2023	11
Intelligence Emotionnelle, Communication et Relations	P. Flasse	21+22/09/2023	13
Gestion du stress et mieux vivre au travail	P. Flasse	05+06/10/2023	8
La reconnaissance au travail	P. Flasse	12+13/10/2023	10
Formation au Photolangage (Anim'Mots et Parlimage)	P. Flasse	27+28/11/2023	12



# Calendrier 2022-2023

## Formations 'Orientation et insertion socio professionnelle'



2022

Formation	☺ Formateur	📅 Dates	📄 Page
Formation à l'Explorama	S. Darré	07/02/2022	18
L'Elaboration du Projet Professionnel	F. Guillemain	23+24+25/03/2022	17
Accompagner sur le chemin du travail	J. Dusoulier	29+30/03/2022	14
Atelier d'identification des Intérêts et Compétences	J. Dusoulier	31-03-22	15
Formation à l'Explorama	S. Darré	22-04-22	18
Un travail qui a du sens dans un monde en transition	J. Dusoulier	09+10/06/2022	15
Le bilan de compétences	H. Asfar El Oulidi	15+16/11/2022	16
Diagnostic de l'Employabilité	H. Asfar El Oulidi	17+18/11/2022	16
Accompagner les personnes en grandes difficultés	J. Dusoulier	24+25/11/2022	14
Formation au Photolangage (Anim'Mots et Parlimage)	P. Flasse	29+30/11/2022	18
Formation à l'Explorama	S. Darré	02-12-22	18
Communication et négociation pour l'ISP	P. Flasse	15+16/12/2022	17
L'Elaboration du Projet Professionnel	F. Guillemain	22+23+24/03/2023	17
Accompagner sur le chemin du travail	J. Dusoulier	29+30/03/2023	14
Atelier d'identification des Intérêts et Compétences	J. Dusoulier	31-03-23	15
Formation à l'Explorama	S. Darré	14-04-23	18
Un travail qui a du sens dans un monde en transition	J. Dusoulier	09+10/06/2022	15
Le bilan de compétences	H. Asfar El Oulidi	14+15/11/2023	16
Diagnostic de l'Employabilité	H. Asfar El Oulidi	16+17/11/2023	16
Accompagner les personnes en grandes difficultés	J. Dusoulier	23+24/11/2023	13
Formation au Photolangage (Anim'Mots et Parlimage)	P. Flasse	27+28/11/2023	18
Formation à l'Explorama	S. Darré	01-12-23	18
Communication et négociation pour l'ISP	P. Flasse	14+15/12/2023	17

2023

# Calendrier 2022-2023

## Formations 'Codéveloppement'



2022

2023

Formation	Formateur	Dates	Page
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G16*	M. Langouche	10+24/02/2022 15+31/03/2022	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G17	M. Langouche	10+11/03/2022 25+26/04/2022	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G18	M. Langouche	30+31/05/2022 04+05/07/2022	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G19	M. Langouche	19+20/09/2022 10+11/10/2022	19
Validation et Accréditation d'une pratique lucide	M. Langouche	07/11/2022 21+22/11/2022	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G20	M. Langouche	16+30/01/2023 13/02+13/03/2023	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G21	M. Langouche	17+31/01/2023 14/02+14/03/2023	19
Validation et Accréditation d'une pratique lucide	M. Langouche	03/04/2023 17+18/04/2023	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G22	M. Langouche	18+19/09/2023 09+10/10/2023	19
Formation à l'animation de groupes de Codéveloppement G23*	M. Langouche	28/09+5/10/2023 12+19/10/2023	19
Validation et Accréditation d'une pratique lucide	M. Langouche	13/11/2023 04+05/12/2023	19

\*à distance