# Tout change, tout bouge vite, comment s'adapter

*" Nous vivons dans un monde mobile dans lequel il faut savoir s'adapter "*

## Public concerné :

Toute entreprise, tout professionnel
et leur représentant (conjoint, salarié)

## Pré-requis :

Pas de pré-requis spécifique demandé

## Objectifs

A l'issue de la formation, le ou la participant(e) sera en mesure de :

- Maintenir son équilibre dans son environnement professionnel ;
- Identifier les différentes difficultés et comportement que nous pouvons rencontrer face au changement ;
- Programmer notre changement à l'aide d'un questionnement approfondi.

## Programme

- Identifier nos difficultés face aux changements ;
- Prendre conscience de la dualité qui est en nous ;
- Avoir conscience de ses émotions et les accepter ;
- Aller chercher les capacités en nous ;
- Que faire face à un changement imposé et inévitable ;
- Nous programmons notre changement ;
- Retour des stagiaires.

## Date :

Jeudi 18 Janvier 2024

## Lieu :

**WEBINAIRE**

## Horaires :

9h00 à 11H00

## Tarifs :

Adhérent Agrément ou Sérénité :
*"Gratuit"*
Adhérent Essentiel : 40 € HT

## Intervenante :

**Françoise VIDAL**
Formatrice, Sophrologue et Thérapeute

## Pédagogie et moyens d'évaluation

### Moyens pédagogiques :

- Accueil des stagiaires dans une salle virtuelle dédiée à la formation ;
- Connexion individuelle via un lien sur une plateforme de vidéoconférences requérant l'utilisation d'un ordinateur portable ou fixe, équipé d'un micro, d'une caméra et disposant d'une connexion internet stable nécessaires au bon déroulement de la formation ;
- Un lien de connexion accompagné d'un guide est envoyé à chaque participant, 48h00 avant le début du Webinaire ;
- Exercice pratique
- Echanges participatif du groupe et de la formatrice.

### Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :

- Rapport de connexion ;
- Questionnaire des attentes en amont de la formation ;
- Questionnaire sur les acquis
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation ;
- Obtention d'une attestation de fin de formation ;
- Questionnaire sur la mise en pratique 3 à 4 mois mois après la formation.

## Modalités

### Accessibilité et aménagements spécifiques :

Pour toutes demandes relatives aux conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap, contactez : Evelyne Cazenave à formation@agragestion.fr .
La MDPH de la Côte d'Or peut également vous apporter un appui important pour le bon déroulement de votre formation : http://www.mdph21.fr/ - 1 Rue Joseph Tissot, 21000 Dijon - 0 800 80 10 90 (numéro vert gratuit).

### Inscription - 3 possibilités :

- **votre espace personnel Caweb :**
https://agragestion-caweb.cegid.com, rubrique « Formation»
- **www.agragestion.fr** - Onglet " Nos formations " rubrique " Programme 2023/2024 "
Vous pouvez vous inscrire soit : 1- Le lien " Google Form "
2- Télécharger le bulletin de participation en format PDF, à nous retourner par mail ou courrier
- **mail : formation@agragestion.fr** en nous indiquant : nom et prénom, nom de votre structure et les formations choisies.

Les inscriptions sont prises dans l'ordre d'arrivée dans la limite de 12 participants par session, et seront validées uniquement :
1) Pour les adhérents financés par Vivéa : à réception de votre demande et d'un chèque de caution de 48 € TTC ;
2) Pour les adhérents financés ou non par un autre organisme : à réception de votre demande, accompagnée du règlement de la formation de 48 € TTC.

Le nombre de place étant limité, nous vous recommandons de vous inscrire le plus rapidement possible et au plus tard 72 heures avant la date de début de la formation souhaitée.

Une convocation vous sera adressée par mail, en fonction des dates d'inscription, au plus tôt 15 jours avant la formation et au plus tard 72 heures avant la formation.

Un questionnaire vous sera également communiqué en amont de la formation afin de recueillir vos attentes et les transmettre au formateur.

## Contacts

Pour toutes demandes de renseignements, remarques ou suggestions, merci de contacter :
**Evelyne CAZENAVE :** référent administratif, pédagogique, handicap

formation@agragestion.fr 03.80.54.08.08