

"Restez positif face aux différentes situations professionnelles"



Public concerné :

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



Objectifs

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

- Adopter une positive attitude dans son milieu professionnel ;
- Obtenir des clés pour travailler dans de bonnes conditions ;
- Eviter le stress ;
- Se projeter de manière positive ;
- Développer sa propre réflexion pour améliorer ses échanges professionnels.



Programme

- Signification de positiver ;
- Comprendre les mécanismes émotionnels ;
- Différencier la communication verbale et non verbale ;
- Le pouvoir des pensées et des mots ;
- Désamorcer les tensions sur son lieu de travail ;
- S'exprimer de manière fructueuse ;
- L'importance des émotions positives au quotidien ;
- Placer un collaborateur, collègue ou salarié en énergie positive ;
- Découverte des bienfaits.



Pré-requis :

Pas de pré-requis spécifique demandé



Date :

Jeudi 07 Décembre 2023

Reportée au mardi 16/01/2024



Lieu :

AGRA-GESTION
60A avenue du 14 juillet
21300 CHENÔVE



Horaires :

9h00 à 12h30

13h30 à 17h00

Durée : 1 journée (7 heures)



Tarifs : 200 € HT

VIVEA : Finançable à 100% sous réserve d'acceptation de la demande de prise en charge.

OCAPIAT, FIFPL, FAFCEA

Prise en charge possible selon l'organisme financeur



Intervenante :

Catherine BEAUDIER
Sophrologue

Pédagogie et moyens d'évaluation

Moyens pédagogiques :

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation, disposant des matériels pédagogiques et techniques nécessaires au bon déroulement de la formation ;
- Formation théorique ponctuée de cas pratiques avec entraînement au calme et à la détente ;
- Exercices pour avoir la pensée positive en toutes circonstances ;
- Questions, discussions et partages avec le groupe.

Documents remis :

- Un support détaillé sera envoyé deux semaines avant la formation à chaque stagiaire.

Suivi de l'exécution et évaluation des résultats :

- Feuille de présence ;
- 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 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.mdp21.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 240 € TTC ;
- 2) Pour les adhérents financés ou non par un autre organisme : à réception de votre demande, accompagnée du règlement de la formation de 240 € 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.



Repas :

Le repas peut-être pris avec le groupe au restaurant, il sera à régler individuellement.

Il est également possible de vous restaurer sur place avec un repas tiré du sac (frigo et micro-ondes à disposition).

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