CONNEXION

Organisme de formation certifié Qualiopi

lamarotte.wixsite.com/connexion
06 67 28 96 36
lagarrigue 46250 Gindou
connexion@emailasso.net

Siret 488 726 928 0010
NDA 764 600 667 46
Qualiopi B00649

OFFRE DE FORMATION

- ص **Communication Bien-veillante « Initiation »**
- ص **Communication Bien-veillante « Les bases » modules 1, 2, 3, 4**
- ص **Pacifier sa relation à l'argent**
- ص **Transformer les conflits**
- ص **Gestion du stress et cohésion d'équipe**
- ص **Prise de parole en public**
- ص **Chant et Coaching vocal**

SOMMAIRE

Formation en Communication Bien-veillante « Initiation » **p.3**

Formation en Communication Bien-veillante « Les bases » modules 1 **p.5**

Formation en Communication Bien-veillante « Les bases » modules 2 **p.7**

Formation en Communication Bien-veillante « Les bases » modules 3 **p.9**

Formation en Communication Bien-veillante « Les bases » modules 4 **p.11**

Formation « Pacifier sa relation à l'argent » **p.13**

Formation « Transformer les conflits » **p.15**

Formation « Gestion du stress et cohésion » **p.17**

Formation « Prise de parole en public » **p.19**

Formation « Chant et Coaching vocal » **p.21**

Indicateurs de performance **p.23**

PROGRAMME DE FORMATION
COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE - INITIATION

Résumé : La Communication bien-veillante permet de communiquer avec soi-même et avec les autres de manière authentique. C'est en étant mieux conscient de ce qu'une situation provoque sur soi qu'on est plus en mesure de la communiquer aux autres. Nos relations mutuelles sont souvent perturbées, parfois anéanties à cause de malentendus, de ressentiments, de jugements de valeur, ce qui ne permet pas le maintien de la communication. La communication bien-veillante est alors le pilier d'une relation d'aide bâtie sur la confiance et le dialogue. Elle favorise le lien, la connexion et soutien la transformation du conflit.

Objectifs opérationnels :

- Favoriser la connaissance de soi pour de meilleures relations.
- Renforcer et agrandir ses capacités de communication et d'écoute.
- Développer ses compétences relationnelles.
- Développer des compétences de transformation du conflits.

Objectifs pédagogiques :

- Pratiquer et s'approprier les principes de base de la communication bien-veillante.
- Acquérir les outils de communication pour mieux se positionner dans la relation.
- Développer et renforcer ses capacités relationnelles, en famille, au travail,...
- Communiquer avec authenticité et poser des demandes claires.

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.
La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public

Format de la formation :
La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Contenu de la formation :
La formation est conçue pour être sur mesure en fonction des besoins et des attentes du participant, le programme peut donc s'adapter en cours :
Jour 1
- Qu'est-ce que la communication bien-veillante
- Les 4 étapes du processus
- Reconnaître les facteurs qui coupent et ceux qui facilitent la communication

Jour 2
- Les 4 manières de recevoir un message
- La demande
- L'empathie

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission : Pas de pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION EN COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE
MODULE 1 - DE MOI A MOI

Résumé : la Communication Bien-veillante incite entre les êtres humains des relations fondées sur l'empathie, la coopération harmonieuse, le respect de soi et des autres, d'être en connexion avec soi-même, de mieux comprendre ses besoins profonds et de les prendre en charge de manière autonome et responsable. Elle amène une communication authentique, de la collaboration, du lien et de l'écoute.

Lors du module 1 nous allons découvrir l'intention du processus de la Communication Bien-veillante. Nous y développerons l'auto-empathie (clarifier ce qui se passe en nous),

Objectifs opérationnels :

- Appréhender les éléments de base du processus pour instaurer des relations de qualité
- Découvrir et expérimenter la notion fondamentale de besoin humain
- Expliciter ce qui se passe en soi pour s'engager avec clarté dans un dialogue
- Identifier les facteurs qui coupent et ceux qui facilitent le lien.

Contenu :

Jour 1 :

- Reconnaître les facteurs qui coupent et ceux qui facilitent la communication
- Identifier les 5 étapes du processus
- Reconnaître les 4 façons de recevoir un message
- Différencier une observation et une interprétation

Jour 2 :

- Différencier un sentiment et une évaluation masquée
- Différencier un besoin et une stratégie
- Différencier une demande et une exigence
- Expérimenter le processus pour clarifier et exprimer ce qui se passe en soi

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe. La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter

notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public

Format de la formation :
La durée de la formation est de 2 jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Pas de pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION EN COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE
MODULE 2 - MOI ET LES AUTRES

Résumé : la Communication Bien-veillante incite entre les êtres humains des relations fondées sur l'empathie, la coopération harmonieuse, le respect de soi et des autres, d'être en connexion avec soi-même, de mieux comprendre ses besoins profonds et de les prendre en charge de manière autonome et responsable. Elle amène une communication authentique, de la collaboration, du lien et de l'écoute.

Avec le module 2 nous développons notre auto-empathie et nous découvrons l'univers de l'écoute de l'autre grâce à l'empathie. Nous explorons l'art de la demande, étape essentielle dans l'ouverture au dialogue et la gratitude.

Objectifs opérationnels :

- Appréhender les éléments de base du processus pour instaurer des relations de qualité
- Appliquer les éléments de base pour initier un dialogue constructif avec autrui
- Faire des demandes claires
- Exprimer/recevoir de la gratitude

Contenu :

Jour 1 :

- Pratiquer l'auto-empathie
- Différencier l'écoute empathique des autres habitudes d'écoute
- Comprendre qu'est-ce qui se cache derrière les critiques et les reproches ?
- Pratiquer l'écoute empathique

Jour 2 :

- Les différents type de demande
- Établir un lien avec l'autre en formulant une demande
- Pratiquer le dialogue
- La gratitude

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe.

Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires.

La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.

La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public

Format de la formation :
La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ **TTC**
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Module 1

PROGRAMME DE FORMATION EN COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE
MODULE 3 – OUVERTURE AU MONDE

Résumé : la Communication Bien-veillante incite entre les êtres humains des relations fondées sur l'empathie, la coopération harmonieuse, le respect de soi et des autres, d'être en connexion avec soi-même, de mieux comprendre ses besoins profonds et de les prendre en charge de manière autonome et responsable. Elle amène une communication authentique, de la collaboration, du lien et de l'écoute.

Le module 3 est l'occasion d'approfondir notre écoute empathique et de s'entraîner au dialogue. Nous développerons l'expression authentique et l'art de dire en entendre un « non ».

Objectifs opérationnels :

- Développer l'auto-empathie et l'empathie
- Communiquer en expression authentique
- Maîtriser l'art du dialogue autour du « non »

Contenu :

Jour 1 :

- Approfondir l'auto-empathie
- Connaître les différents chemins de l'empathie
- S'entraîner à la pratique du dialogue

Jour 2 :

- L'expression authentique
- Entendre et exprimer "non"

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe.
Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires.
La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.
La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public
Format de la formation :
La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Module 1 + 2

PROGRAMME DE FORMATION EN COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE
MODULE 4 – LA HONTE AU SERVICE DE LA VIE

Résumé : la Communication Bien-veillante incite entre les êtres humains des relations fondées sur l'empathie, la coopération harmonieuse, le respect de soi et des autres, d'être en connexion avec soi-même, de mieux comprendre ses besoins profonds et de les prendre en charge de manière autonome et responsable. Elle amène une communication authentique, de la collaboration, du lien et de l'écoute.

Ce module 4 est consacré à l'exploration de la honte et de ses mécanismes d'évitement. Découvrir ce qui se cache derrière le mécanisme de la honte, se libérer de l'emprise qu'elle a sur nous et nos relations aux autres en apprenant à la transformer à partir d'exemples concrets. Ainsi nous développerons nos capacités à en faire une ressource soutenante en nous réconciliant avec nous-même et les autres afin de faire des choix au service de notre épanouissement et de nos relations.

Objectifs opérationnels :

- Identifier les mécanismes d'évitement
- Accueillir la honte chez soi
- Accueillir la honte chez l'autre

Contenu :

Jour 1 :

- Comprendre notre manière d'être au monde
- Comprendre les deux origines de la honte
- Les mécanismes d'évitement

Jour 2 :

- Mettre en place des outils d'empuissancement
- La honte chez soi
- La honte chez l'autre

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe.

Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires.

La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.

La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public

Format de la formation :
La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Module 1

PROGRAMME DE FORMATION
«PACIFIER SA RELATION A L'ARGENT»

Résumé : La relation à l'argent est un thème sensible qui a un impact directe sur la liberté, la sécurité, la tranquillité … Mais aussi avec l'harmonie et notre capacité à fonctionner en groupe.
La relation à l'argent, concentre et cristallise un nombre infini de croyances, blocages, peurs, jugements, a priori, honte, incompréhension, non-dits, prise de pouvoir, manipulation, rapport de domination, abus, soumission, mal entendu, conflit, héritage transgénérationnel, etc... Pendant cette formation nous allons déprogrammer les croyances limitantes, renouer avec l'héritage familial vers des bases saines et tendre vers la sérénité, la paix dans notre relation à l'argent.

Objectifs opérationnels :

- Parler clairement et sereinement d'argent
- Pacifier votre relation à l'argent et à l'abondance
- Transformer les peurs, les croyances, les héritages familiaux

Contenus :

Jour 1 :

- Identifier notre relation à l'argent
- Identifier nos croyances vis à vis de l'argent
- Que représente l'argent ?
- La méthode PKS classique

Jour 2 :

- La méthode PKS déloyauté
- Se libérer de nos croyances limitantes
- La méthode PKS enfant non désiré
- Développer sa créativité
- Le changement social

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Matériels tactiles et visuels

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe. La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les

apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Public concerné :
Tout public

Format de la formation :
La durée de la formation est de 2 jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max) En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Nature et objet de l'action de formation professionnelle :
La formation s'inscrit dans la typologie des actions de formation professionnelle définie à l'article L.6313-1 du Code du travail : Perfectionnement des connaissances dans le domaine de la Communication.

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Le stagiaire se verra remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Aucun Pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION
« TRANSFORMER LES CONFLITS AVEC LA COMMUNICATION BIEN-VEILLANTE MODULE 1»

Résumé : La communication bien-veillante propose, entre autres, des outils qui ont pour but de désamorcer un conflit et de le transformer en discussion. L'idée est de passer d'un état émotionnel fort (conflit) à un dialogue pacifique, dénué de toute agressivité verbale. Pour être écouté, il faut d'abord apprendre à exprimer ses vrais besoins. Les conflits sont inhérents à toute organisation humaine, ils sont souvent l'occasion d'apprendre à mieux se connaître et de repartir sur des bases constructives. Situations conflictuelles, disputes, difficultés de compréhension, désaccords... Grâce à de nombreux outils, cas pratiques, mises en situation, entraînements, vous pourrez vous approprier tous les concepts et vous apprendrez les comportements à adopter dans chaque situation : traiter les divergences, gérer les tensions, éviter les blocages et transformer un conflit.

Objectifs opérationnels :

- Acquérir des outils de transformation des conflits
- Mettre en œuvre une méthode de prévention et de transformation des conflits
- Savoir médier une équipe / un groupe / ses collaborateurs
- Savoir s'affirmer et se positionner tout en respectant l'autre

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les mécanismes du conflit
- Prendre conscience des entraves à une communication saine
- Apprendre à se relier à travers des situations conflictuelles
- Se recentrer sur ses besoins et savoir les exprimer posément
- Mettre en œuvre une méthode de prévention et de transformation des conflits
- S'affirmer et se positionner tout en respectant l'autre
- Permettre le dialogue même dans des situations de stress

Supports et moyens techniques fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques

Public concerné :

Toutes personnes confrontées à des situations conflictuelles, au sein de sa vie professionnelle ou privée.

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.

La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Format de la formation :
La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ **TTC**
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Contenu de la formation :
Jour 1 :
- Les origines d'un conflit , les émotions, révélatrices de besoins non satisfaits
- Le langage qui divise, la co-responsabilité dans le conflit
- Un conflit, qu'est-ce que c'est ?
- Les attitudes face aux conflits
- Les 3 comportements spontanés (fuite, manipulation ou affrontement)

Jour 2 :
- Clarifier ses jugements et croyances et leurs conséquences
- L'hygiène relationnelle et les enjeux relationnels
- Prendre conscience, adapter et contrôler l'expression de ses émotions et ses besoins
- Formulation d'une demande claire et précise
- La médiation

Modalités d'évaluation :
- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Les stagiaires se verront remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Aucun pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION
«GESTION DU STRESS ET COHESION D'EQUIPE »

Résumé : La cohésion de votre équipe permet à vos collaborateurs d'atteindre ensemble vos objectifs, elle repose sur la confiance mutuelle, et permet plus de motivation, de réactivité et d'efficacité Ensemble on va plus loin ! Face à la pression, de nombreux professionnels deviennent grincheux ou agressifs, voire font un burn-out. Un stress trop important est une source réelle de perte de productivité et de mal être au travail. Réduire son stress dans son activité professionnelle c'est gagner en confort et en efficacité à son niveau et pour les autres. Nous verrons plus d'une vingtaine d'outils pratiques, efficaces et utilisables en temps réel.

Objectifs opérationnels :

- Renforcer l'implication des membres de votre équipe pour les motiver
- Établir un climat de confiance entre chaque membre de l'équipe
- La solidarité et l'entraide au service de l'individu et du collectif
- Faire émerger l'intelligence collective et la collaboration
- Gérer son stress pour devenir plus efficace et développer son bien-être professionnel
- Maîtriser et gérer ses émotions dans une situation imprévue
- Conduire ses émotions au service de l'efficacité
- Améliorer son organisation personnelle et sa gestion des priorités

Objectifs pédagogiques :

- Établir la confiance et l'entraide
- Créer de la solidarité et de la cohésion dans l'équipe
- Prévenir l'apparition du stress
- Agir sur les blocages liés au stress, les outils de modération des effets du stress
- Faire face et gérer son stress en situation professionnelle

Supports et moyens techniques fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques

Public concerné :

Toutes personnes confrontées à du stress, au sein de sa vie professionnelle ou privée.

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication Bienveillante à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Un livret pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe. La formatrice a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, elle veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la

fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Format de la formation :

La durée de la formation est de **2** jours soit 14h (avec possible débordement allant jusqu'à 1h de plus max)
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 12 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :

Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :

Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Contenu de la formation :

Jour 1 :

- Créer du lien à travers l'intelligence émotionnelle
- Transformer des situations inconfortables en expériences d'apprentissage
- Créer une synergie des compétences et des qualités
- Renforcer la solidarité à travers une identité collective

Jour 2 :

- Méthodes et moyens de transformation du stress
- Méthodes et moyen de désamorçage/désactivation du stress

Modalités d'évaluation :

- Un temps d'échange en début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une auto-évaluation de fin de formation pour évaluer l'évolution des acquis.

Modalités de sanction de l'action :

Les stagiaires se verront remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :

Aucun pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION
PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Résumé : La voix est l'instrument privilégié des êtres humains pour entrer en relation, en communication avec l'autre. Dès lors, quel impact peut avoir notre voix, dans le cadre professionnel, sur les personnes avec qui nous sommes en relation ? La finalité visée est d'appréhender sa voix en toutes circonstances en adaptant sa technique et son placement vocal à ses propres conditions de travail, pour une meilleure efficacité et une meilleure endurance, ainsi qu'une non-fatigabilité, en préservant la santé de ses cordes vocales. Cette formation permettra de développer la conscience de son propre geste et la connaissance précise de son instrument de travail, en ayant pour but de diminuer la fatigue vocale (qui peut mener par accumulation à la pathologie), d'augmenter ses performances et de gagner en clarté.

Objectif opérationnel :

- Développer l'efficacité et le tonus vocal en situation de communication avec les autres.
- Moduler sa voix en toutes circonstances en adaptant sa technique et son placement vocal à ses propres conditions de travail, en préservant la santé de ses cordes vocales.
- Maîtriser les outils de communication verbaux et non verbaux
- Améliorer ses présentations et créer le lien avec son auditoire
- Professionnaliser ses interventions orales et maîtriser les outils de communication verbaux et non verbaux

Contenu de la formation :

Jour 1 :

- S'approprier les bases de la technique vocale (connaissance physiologique du système vocal
- et respiratoire, respiration et technique des différents registres)
- Savoir placer et développer sa voix afin de ne pas se fatiguer dans la durée
- Renforcer l'expression orale en utilisant les résonateurs de la voix pour permettre un
- message plus clair. (placement vocal et hauteur)

Jour 2:

- Savoir utiliser le para-verbal : des silences, des pauses, des rythmes variés et différentes
- intonations (rythme)
- Savoir utiliser le non-verbal : le corps et sa relation à l'espace, l'expression de ses émotions,
- sa posture corporelle, sa gestuel, sa voix et son regard. (respiration et présence)
- Exploiter sa communication non verbale et para verbale pour un message dynamique et
- vivant. (gestuel et présence scénique)

Supports fournis aux stagiaires :

- Documents pédagogiques
- Exercices MP3

Moyens techniques à la disposition des stagiaires :

- 1 enregistreur
- 1 caméra vidéo sur pied

Public concerné :

Toutes personnes souhaitant explorer sa voix parlée et développer ses capacités pour exprimer ses idées et se faire entendre

Moyens pédagogiques mis en œuvre :

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus vocal à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le

programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires.
La formation se déroule en pédagogie active, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Des documents pédagogiques sont remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe. Le formateur a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, Il veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité :
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec moi, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter ma pédagogie et mes activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Format de la formation :
La durée de la formation est de 14h soit 2 jours
En groupe la formation est ouverte à 6 stagiaires minimum et 8 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 350€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 100€ à 220€ TTC
Tarif en Intra-entreprise : 2 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 700€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 450€ à 600€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Modalités d'évaluation :
- Une évaluation début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une évaluation de fin de formation pour évaluer les acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Les stagiaires se verront remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission :
Aucun pré-requis

PROGRAMME DE FORMATION
CHANT ET COACHING VOCAL

Résumé : Cette formation va vous permettre de produire un geste vocal sûr et efficace afin de libérer les tensions superflues tout en développant votre potentiel artistique ; d'améliorer votre technique et votre justesse vocale, de vous perfectionner dans votre instrument de prédilection, ou encore d'améliorer votre présence scénique.

Objectif opérationnel :

- Produire un geste vocal sain et efficace
- Libérer les tensions
- Garder sa voix en bonne santé
- Gagner sa puissance
- Développer la tessiture

Contenu :

- Physiologie du système respiratoire et vocal
- Travail du corps : étirement et détente, posture
- Respiration : Travail sur l'ouverture costale, l'abaissement du diaphragme, le maintien et la gestion du souffle.
- Gymnastique vocale : Travail de renforcement des muscles de la phonation.
- Technique vocale : Posture, justesse, rythme, placement de la voix, passage des registres et homogénéisation.
- Interprétation : Bien chanter n'est pas suffisant, il faut aussi assumer son émotion et savoir la transmettre, vaincre sa timidité et sa peur de se dévoiler.
- Travail scénique : Un chanteur se doit d'affirmer sa personnalité et d'engager son corps dans son chant, investir la scène et captiver son public.
- Analyse des défauts vocaux les plus fréquents et comment les corriger
- Rééducation suite à forçage vocal
- Coaching artistique

Supports fournis aux stagiaires :

- Accompagnement musical (live ou bande)
- Documents pédagogiques

Moyens techniques à la disposition des stagiaires :

- 1 enregistreur
- 1 caméra vidéo sur pied
- 1 ordinateur pourvu d'un logiciel de montage son

Public concerné :

Chanteurs professionnels souhaitant entretenir et/ou approfondir leur technique
Chanteurs confirmés ayant une pratique régulière de la scène
Chanteurs amateurs souhaitant se perfectionner
Professeurs de chant souhaitant améliorer et/ou entretenir leur propre technique vocale
Tout artiste ayant une expérience et une démarche professionnelle : artiste auteur, compositeur, artiste interprète et autres professionnels des arts vivants.

Moyens pédagogiques mis en œuvre :
La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution, elle est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus vocal à travers le groupe. Après une présentation de la formatrice et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires. La formation se déroule ensuite selon le programme prévu, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle ou privée et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Des documents pédagogiques sont remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe. Le formateur a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, Il veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi-journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

Accessibilité
Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Je vous invite à prendre contact directement avec moi, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter.

Format de la formation :
La durée de la formation est de 30h incluant 4h de travail personnel inter-sessions.
Les sessions seront espacées pour permettre aux stagiaires un travail personnel inter-session.
En groupe la formation est ouverte à 4 stagiaires minimum et 8 stagiaires maximum

Tarif de la formation en groupe :
Pour les entreprises, financement OPCO : 800€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation libre dans une échelle allant de 300€ à 600€ TTC
Tarif en intra-entreprise : 5 000€ TTC
Tarif de la formation en individuel :
Pour les entreprises, financement OPCO : 1 400€ TTC par stagiaires
Pour les particuliers à leur charge : participation dans une échelle allant de 1 100€ à 1 400€ TTC

Les intervenants :
Audrey Hesseling : audrey-hesseling.com
Formatrice professionnelle / Médiatrice – Facilitatrice / Thérapeute holistique / Coach Vocal

Modalités d'évaluation :
- Une évaluation début de formation pour définir les besoins et le parcours de formation de l'apprenant
- Une évaluation à chaud à chaque fin de journée pour mesurer l'assimilation de l'apprenant
- Une évaluation de fin de formation pour évaluer les acquis.

Modalités de sanction de l'action :
Les stagiaires se verront remettre une attestation de formation ainsi qu'une attestation de présence.

Pré-requis d'admission : Aucune condition particulière d'admission.

Nos indicateurs de performance

Mise à jour au 11/03/23

32 stagiaires

Notation par les stagiaires entre 1 et 5 (1=nul 5 =top)

- Ambiance : 4.9
- Accueil : 4.9
- Correspond aux attentes : 4.9
- Rythme : 4.8
- Clarté : 4.9
- Satisfaction : 4.9
- Assiduité : 100,00%
- Rupture : 0,00%
- Recommande : 100%

Satisfaction Employeur – 0 stagiaire

- Formation adaptée :
- Attentes respectées :
- Recommande :

Ils nous font confiance :

Cinéma de Gindou - CDP Cahors - MJC Cahors - MJC Gourdon - Sarlat musique - M.A.D.S - Château Eugénie - ICPF & PSI - Antenne d'Oc – AFDAS – Ad-Venir Formation

Au plaisir de cheminer avec vous !