

PROGRAMME DE FORMATION

Faire face à une crise aujourd'hui pour se dépasser demain

Booster la résilience

Objectifs	<p><u>A l'issue de la formation, le participant sera capable de :</u> Soutenir ses salariés, pour mieux travailler ensemble dans un environnement de crise (sanitaire et économique) et aider l'entreprise à rebondir ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Développer la résilience, - Tirer parti de l'expérience acquise durant une période de crise, - Apprendre à travailler avec une crise
Public	Dirigeants et cadres dirigeants, acteurs de la gestion de crise, responsables de communication, DRH, consultants et tout collaborateur d'entreprise.
Prérequis	Aucun prérequis
Contenu pédagogique	<p><u>Journée 1</u> Matin 9h-12h30 Accueil / tour de table / Objectif de la journée Concepts fondamentaux : Inclusion et règles de fonctionnement</p> <p>Relancer son énergie par le corps Identifier ses émotions et ses besoins Révéler ses forces <i>Exercices pratiques</i></p> <p>Après-midi 14h00-17h30 Relancer son énergie par le corps Mieux appréhender l'incertitude Réguler ses émotions Savoir se détendre <i>Exercices pratiques</i></p> <p><u>Journée 2</u> Matin 9h-12h30 Accueil / Rappel / Objectif de la journée Identifier ses préférences comportementales pour utiliser son énergie à bon escient Gérer son énergie avec Pedom : augmenter les performances en Communication, management, vente, travail en équipe.</p> <p>Après-midi 14h00-17h30 Se régénérer par le corps Acquérir un outil de la psychologie positive pour rebondir dans toute situation S'alléger pour plus d'agilité Capitaliser sur ses forces Booster la résilience <i>Exercices pratiques</i></p> <p><i>Clôture</i> <i>Évaluation Sommativ</i> <i>Evaluation de la satisfaction</i></p>

PROGRAMME DE FORMATION

Méthodes mobilisées	Méthode Active : Présentation et mise en application - Apports théoriques et pratiques - Exercices pratiques - Vidéoprotection / Card Board
Suivi et Méthodes d'évaluation	Mise en situation Validation en continu et des appréciations tout au long de la formation.
Sanction	Attestation de fin de formation
Durée	2 journées soit 14 heures
Dates	Inter-entreprises : selon planning Intra : à définir
Intervenant(s)	Corinne CIOFFI Psychopédagogue, spécialiste de la psychologie positive. Valérie EICHELAUB Psychologue du travail et facilitatrice en intelligence collective. Caroline GUILLOTIN Thérapeute corporelle spécialisée en Ayurveda
Modalité et délais d'accès	Présentiel : Cosy Meeting Center, 34 avenue des Champs Elysées, 75008 PARIS Ou dans les locaux de l'entreprise cliente Inscription : Cosy Meeting Center, 34 avenue des Champs Elysées, 75008 PARIS Par mail, courrier ou sur place, jusqu'à 72H avant le début de la formation
Accessibilité	<u>Vous êtes en situation de handicap ?</u> Contactez-nous, nous mettrons en œuvre toutes les solutions pour aménager les conditions d'accueil et d'enseignement.
Tarif	<u>1800€ HT par personne</u>
Contact	Cosy Meeting Center, 34 avenue des Champs Elysées, 75008 PARIS Tel : 01 83 75 91 00 Mail : cmc@cosymeetingcenter.com