



Tél : 06 08 87 45 38
annelyse.leduc@gmail.com
www.annelyseleduc.com



**JE SUIS
FORMATRICE EN QUALITE DE VIE AU TRAVAIL
et
CONSULTANTE EN EMPLOI**

Membre de l'association e-FacilitAction,
organisme de formation certifié QUALIOP1



Je me déplace dans toute la france

Siret : 829 035 120 00023
code APE 8559A
Déclaration d'activité de formation sous
le n° 76110192711 auprès du préfet de la région Occitanie

FORMATION

LA COHESION DE GROUPE

GRAÇE À L'INTELLIGENCE RELATIONNELLE COLLECTIVE

OBJECTIFS

Cette formation permet d'acquérir de la confiance en soi et favoriser la coopération au sein d'un groupe afin de développer ses performances.

A l'issue de cette formation, le-a participant-e sera capable de :

- Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Favoriser la collaboration et la motivation au sein de des équipes par des échanges collaboratifs efficaces
- Adapter sa posture face aux situations tendues ou bloquées (méthode CNV- le lacher-prise)
- Développer sa confiance en soi
- Adopter sa communication face à des personnalités différentes.

DURÉE = 1 jour (7 heures)

- **Option 1** : 1 journée en présentiel
- **Option 2** : 2 demi-journées en distanciel

PUBLICS

- Collaborateur
- Manager
- Dirigeant

MODALITÉ D'ÉVALUATION

- Etude de cas
- Quiz
- QCM

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Participative avec des apports théoriques
- Ludique : jeu de rôle
- Expérimentale avec le codéveloppement
- Feedback et débriefing

PRE-REQUIS

- Aucun

TARIF

- 700 € net de TVA par jour
- Groupe de 12 personnes maximum

LIEU

- En présentiel en intra-entreprise
- En distanciel

INSCRIPTION

- Par mail ou par téléphone
- Délais d'accès : 1 mois avant le début de la formation