

Catalogue des Actions de Formation 2024

Marion BACHELET

Communiquer en équipe Page 4

Sabine BOEUF

Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer Page 6

Cécile CHEVALIER

Je choisis mon statut juridique pour entreprendre Page 8

Je construis le prévisionnel de mon entreprise Page 10

Je crée et je gère mon entreprise ma Microentreprise Page 12

Marie CLARET

Ajuster sa posture et sa communication face à des émotions débordantes Page 14

Co-construire une vision partagée du SPIE Page 16

Culture commune SPIE Page 18

Découvrir et utiliser des outils de valorisation du profil professionnel Page 20

Explorer son potentiel professionnel Page 22

Mener une démarche d'évaluation partagée avec les pes personnes concernées Page 24

Carole CONTRE

Communication positive Page 26

Droit à la déconnexion Page 28

Echange de pratique (APP) Page 30

Gestion du temps Page 32

Mieux communiquer pour motiver et anticiper le conflit Page 34

Philippe ESCALLE

Initiation à l'utilisation de la traction animale Page 36

Caroline LASSALLE

Développer la créativité des jeunes enfants par le jeu libre et intuitif Page 39

Innover des outils pédagogiques pour l'éveil créatif des jeunes enfants Page 41

Animer une histoire pour les jeunes enfants Page 44

Eveil à la nature et petite enfance Page 46

Ariane LE JEUNE

Analyse des pratiques professionnelles (APP) Page 48

Renforcer la posture de l'accompagnant Page 51

Bernard LEBORGNE

Prévention risques incendie explosion initial Page 53

Fabienne MICHALON

Accompagnement et Soutien Personnalisé de Professionnels-Dirigeants d'un service Page 55

Analyse des pratiques professionnelles (APP) Page 57

Renforcer la posture professionnelles - outils neuroscience et neurobiologie Page 59

Katia PEYRE

Groupe d'analyse des pratiques professionnelles (APP) Page 61

Articuler fonctionnement et projet social Page 63

Premiers secours en santé mentale Page 65

Séverine PORTE

Initiation au portage en EAJE Page 67

Véronique POUCHOL

Clôturer un entretien téléphonique Page 69

Gestion des situations difficiles Page 71

Laurence SAGNE

Drainage lymphatique Page 73

Massage africain Page 76

Massage amincissant Page 79

Massage argentin Page 81

Massage ayurvedique (Panchakarma) Page 84

Massage balinais et son rituel Page 87

Massage bengali Page 90

Massage Crânien Page 92

Massage enfant Page 95

Massage facial Japonais Page 97

Massage Suédois Page 99

Massage du ventre Page 102

Réflexologie plantaire du bien-être Page 104

Massage Amma assis Page 107

Massage aux pierres chaudes Page 109

Massage Californien Page 112

Massage Lomi Lomi Page 115

Massage personnes âgées Page 117

Massage Singapourien Page 119

Rehaussement des cils Page 122

Mireille SWIATEK

Améliorer ma communication avec la vidéo

Page 124

Apprendre les vidéos avec son smartphone

Page 126

Vendre mes prestations de service avec les vidéos

Page 128

Carole VIAL

Mieux se connaître pour mieux communiquer et manager

Page 130

Programme de formation

Communiquer en équipe

But de la formation

- Avoir de belles relations avec ses collègues
- Bien travailler en équipe
- Éviter les conflits
- S'exprimer sereinement

Compétences visées

1. Savoir repérer ce qui freine ou ce qui favorise la communication
2. Prendre conscience de l'importance de la manière de dire les choses
3. Savoir mettre en place ou rétablir un dialogue bienveillant.

Pré-requis

Aucun pré-requis nécessaire.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Salariés

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 93.32 %

Équipements nécessaires

Aucun équipement nécessaire

Moyens pédagogiques

Mises en situations concrètes.

Animation de jeux de rôles et de temps de partage d'expérience.

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Marion BACHELET

2 Rue Camille Claudel
BP240
26100 ROMANS SUR ISERE
06 89 28 41 82
contact@tadam-talents.fr

**Méthodes pédagogiques**

Animation participative et par l'expérimentation ponctuée d'explications théoriques.

Durée

2 heures.

Programme

Accueil et introduction sur le thème de la communication
Présentation des objectifs du jour et rappel des règles de fonctionnement
Brainstorming collectif sur ce qui favorise la communication
Présentation des différentes possibilités de relation avec l'autre
Présentation et mise en pratique du processus OSBD (Observation, Sentiments, Besoins, Demande)
Travail individuel sur une situation de communication difficile et partage en collectif
Tour de table de conclusion

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer

But de la formation

La formation a pour but de transmettre des connaissances sur la maladie d'Alzheimer afin de mettre en place un accompagnement adapté aux besoins spécifiques de la personne; d'ajuster sa communication; d'être en capacité de collaborer efficacement avec tous les acteurs en vue d'assurer la continuité de la prise en charge.

Compétences visées

1. Reconnaître les symptômes de la maladie
2. Identifier les troubles cognitifs et comportementaux
3. Savoir organiser son observation
4. Apprendre à répondre aux besoins spécifiques de la personne
5. S'approprier les principes de base de l'écoute active

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Salariées de l'aide à la personne

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 91 %

Équipements nécessaires

Ordinateur, vidéo-projecteur

Moyens pédagogiques

Vidéos, études de situations, livret de formation

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthodes actives, centrées sur l'apprenant et sur son expérience professionnelle; ludiques et expositives .

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Les notions d'autonomie, de dépendance, et de perte d'autonomie
Les symptômes de la maladie
Les répercussions de la maladie dans la vie quotidienne
Les situations de refus
La démarche d'observation : objectifs, méthodes, outils
Les fondamentaux de la communication interpersonnelle (écoute active)

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Je choisis mon statut juridique pour entreprendre

But de la formation

Connaitre les caractéristiques des statuts juridiques pour entreprendre afin de choisir le statut le plus approprié pour mon entreprise

Compétences visées

1. Connaître les différents statuts juridique pour entreprendre (Microentreprise, EI réel, Société, Entrepreneur salarié en CAE...)
2. Connaître les incidences juridiques, sociales et fiscale de chaque statut (Impôt, charges sociales, TVA...)
3. Identifier les critères de choix d'un statut juridique pour entreprendre (couverture sociale, entreprendre seul ou à deux...)

Pré-requis

Avoir un projet de création ou de reprise d'entreprise défini

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Créateur(trice) ou repreneur(euse) d'entreprise

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Ordinateur, paper board

Moyens pédagogiques

- Présentation sur paper board et sur power point
- Support de formation

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et de mise en pratique
Adaptation du programme aux besoins du stagiaire

Durée

4 heures.

Programme

- Présentation des statuts juridiques pour entreprendre : Microentreprise, EI au réel, SARL/EURL, SAS/SASU, Entrepreneur salarié en CAE
- Présentation des incidences juridiques, sociales et fiscales de chaque statut : Impôt, charges sociales, TVA, protection du patrimoine, entreprendre seul ou à plusieurs...
- Echanges sur les critères de choix du statut juridique de mon entreprise : point sur la situation spécifique du stagiaire et sur la nature d'activité de l'entreprise, points forts et points faibles de chaque statut, aide au choix

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

je construis le prévisionnel de mon entreprise

But de la formation

Construire le prévisionnel de mon entreprise afin de connaître les conditions de sa viabilité

Compétences visées

1. connaître les différents documents du prévisionnel : plan de financement de départ, compte de résultat, plan de trésorerie
2. savoir construire le prévisionnel de mon entreprise
3. identifier les conditions de viabilité économiques de mon entreprise

Pré-requis

Avoir un projet de création ou de reprise d'entreprise défini

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Créateur(trice) ou repreneur(euse) d'entreprise

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Ordinateur avec tableur excel ou équivalent ou wikicréa

Moyens pédagogiques

Paper board, power point et logiciel prévisionnel

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

- Adaptation de la formation à la situation spécifique de la stagiaire
- Apposés théoriques
- Mise en pratique

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

- Présentation du prévisionnel : plan de financement de départ, compte de résultat prévisionnel, plan de trésorerie
- Construction de mon prévisionnel à partir des éléments financiers identifiés (besoins de départ, ressources de départ, dépenses principales, chiffre d'affaires potentiel...)
- Présentation des indicateurs clé de mon prévisionnel : marge, seuil de rentabilité, BFR...

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Je crée et je gère ma Microentreprise

But de la formation

Connaitre l'ensemble des caractéristiques de création et de gestion de ma Microentreprise

Compétences visées

1. Connaitre les caractéristiques juridiques, sociales et fiscales de la Microentreprise
2. Connaitre les obligations comptables de la Microentreprise
3. Connaitre les modalités de création de la Microentreprise

Pré-requis

Avoir un projet de création ou reprise d'entreprise défini

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Créateur(trice) ou repreneur(euse) d'entreprise

Équipements nécessaires

Ordinateur avec tableur excel ou autre logiciel prévisionnel

Moyens pédagogiques

Apports théoriques, exercices de mise en pratique

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et mise en pratique

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

- Les caractéristiques juridiques, fiscales et sociales de la Microentreprise : Taux de cotisations, seuils de chiffre d'affaires, mode d'imposition...
- Les modalités de création d'une Microentreprise : coût, code NAF, site INPI....
- Les outils de gestion de la Microentreprise : livre des recettes, déclaration de Chiffre d'affaires, tableau Recettes/dépenses

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

Ajuster sa posture et sa communication face à des émotions débordantes

But de la formation

L'objectif de la formation est d'outiller les professionnels accueillant du public afin de prévenir les dérapages vers des situations de conflit

Compétences visées

1. Repérer et comprendre les signaux d'alerte pour prévenir les dérapages vers des situations conflictuelles
2. Identifier des compétences à mobiliser dans des situations complexes
3. Découvrir une communication permettant de dénouer des situations conflictuelles

Pré-requis

Aucun prérequis défini

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tous les professionnels en contact avec du public

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 91%

Méthodes pédagogiques

Pédagogie active et participative

Durée

3 heures.

Programme

Les différents signaux d'alerte pour adapter sa posture d'accueillant :

- La fonction des émotions : colère, tristesse, peur
- Reconnaître et identifier les signaux d'alerte

Mes ressources : quelles sont-elles et comment les développer ?

- Mes compétences clés
- Initiation à la Communication Non Violente

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

Co-construire une vision partagée du SPIE

But de la formation

Co-construire une vision partagée dans le cadre d'une expérimentation du Service Public de l'Insertion et l'Emploi

Compétences visées

1. Confronter les savoirs de chacun sur le SPIE
2. Construire un socle de connaissances communes et partagées
4. Repérer s'il y a des changements dans ma pratique

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout professionnel intervenant sur le territoire d'expérimentation d'un SPIE

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 81.25 %

Moyens pédagogiques

S'appuyer sur les savoirs des participants

Travail en sous-groupe

Temps de partage en grand groupe

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Pédagogie active

Durée

7 heures (1 jour).

ARCOOP

Programme

- Le SPIE : co-construire une vision commune
- Y a-t-il des changements de pratique à opérer

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

CULTURE COMMUNE SPIE

But de la formation

La formation a pour objectif de permettre :

- la co-construction d'une vision partagée du SPIE et d'outils communs
- l'inter-connaissance entre les référents SPIE et l'équipe SPIE
- l'accompagnement à la mise en place du SPIE
- la valorisation des bonnes pratiques et le repérage de la transformation des pratiques professionnelles

Compétences visées

1. Co-construire une vision partagée du SPIE
2. Identifier les rôles des différents membres du SPIE, leur complémentarité et l'articulation entre eux
3. Mutualiser, co-construire des outils : un diagnostic partagé, une offre de service mutualisée...
4. Penser les conditions favorisant l'implication de la personne accompagnée
5. Repérer les changements dans les pratiques professionnelles

Pré-requis

Aucun pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Equipe SPIE

Référents SPIE

Partenaires SPIE

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 91.7 %

Moyens pédagogiques

Outils d'animation interactif favorisant les échanges entre les participants

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Méthodes pédagogiques

Pédagogie active
Travail en groupe
Temps d'échange

Durée

28 heures (4 jours).

Programme

La formation se décline en 4 journées qui permettront d'aborder les thèmes suivants en fonction des priorités et des besoins des participants :

- Confronter les savoirs de chacun sur le SPIE
- Co-construire une vision partagée
- Identifier et co-élaborer des outils au service du SPIE
- Définir le rôle du référent SPIE
- Faciliter la communication inter-structure pour améliorer la coordination des parcours
- Penser la place de la personne accompagnée
- Avoir un discours commun
- Etablir un carnet de route pour la suite

Les thèmes de formation sont susceptibles d'évoluer en fonction des besoins, au fur et à mesure de la formation.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

Découvrir et utiliser des outils de valorisation du profil professionnel

But de la formation

Découvrir et expérimenter des outils de valorisation du profil professionnel

Compétences visées

1. Comprendre les objectifs et le déroulé pédagogique de l'atelier "Potentiel Professionnel"
2. Découvrir et expérimenter des outils
3. Revoir les bases de l'animation de groupe

Pré-requis

Accompagner des publics

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnels de l'accompagnement (travailleurs sociaux, conseiller en insertion...)

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 94 %

Moyens pédagogiques

Questionnaire

Mise en situation

Photo langage

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Formation action : découverte d'outils + mise en pratique accompagnée

Pédagogie active

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Comprendre et s'appropriier les objectifs et le contenu de l'atelier "Potentiel Professionnel" qui sera proposé aux personnes accompagnées

Découvrir et utiliser les outils permettant de repérer les compétences (savoir, savoir-faire et savoir-être), les valeurs et l'environnement professionnel adapté

Revoir les bases de l'animation de groupe

Participer à un atelier "Potentiel Professionnel" en soutien de la formatrice

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

EXPLORER SON POTENTIEL PROFESSIONNEL

But de la formation

L'objectif est d'accompagner un groupe de stagiaires à repérer leur potentiel professionnel et à identifier de nouvelles pistes professionnelles en lien avec leur profil professionnel

Compétences visées

1. Réaliser un bilan des savoirs, savoir-faire, savoir-être, valeurs professionnelles
2. Identifier l'environnement professionnel souhaité
3. Repérer ses capacités et reprendre confiance
4. Elargir le champ des possibles : faire émerger différentes pistes métiers en lien avec le profil professionnel
5. Cibler une ou plusieurs pistes à explorer
6. Identifier les actions à réaliser pour explorer mes différentes pistes : réaliser une immersion, faire une enquête métier, rencontre un centre de formation...

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Demandeurs d'emploi

Salariés

Etudiants

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 98 %

Moyens pédagogiques

Questionnaire

Mise en situation

Photo langage

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Méthodes pédagogiques

Pédagogie active

Tests et Mises en situation issus de l'approche éducative ADVP (Activation au Développement Vocationnel et Personnel : <https://www.adage-lelabo.com/notre-methode-de-formation>)

Outils d'accompagnement à l'élaboration du projet professionnel

Approche centrée sur la personne grâce aux principes de la gestalt thérapie (<https://www.gestalt.fr/gestalt-therapie/>) et de la Communication Non violente (<https://www.cnvformations.fr/accueil/quest-ce-que-la-cnv/>)

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Jour 1

Auto-évaluer chaque stagiaires : où en est chaque stagiaire aujourd'hui dans son projet professionnel?

- Identifier les valeurs professionnelles
- Commencer à faire émerger des métiers qui plaisent à chaque stagiaire
- Appréhender la notion de compétences dans sa diversité (savoir-faire, savoir et savoir-être)
- Commencer à identifier et à recenser les compétences de chaque stagiaire

Jour 2

- Identifier l'environnement professionnel qui convient à chaque stagiaire
- Réaliser leur profil professionnel
- Ouvrir sur des pistes métiers
- Cibler quelques pistes à explorer
- Etablir un plan d'action pour la suite de la formation

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Programme de formation

MENER UNE DEMARCHE D'EVALUATION PARTAGEE AVEC LES PERSONNES CONCERNEES

But de la formation

L'objectif est de comprendre les enjeux d'une démarche d'évaluation partagée et de construire des axes d'améliorations partagés.

Compétences visées

1. Présenter le cadre de l'expérimentation du SPIE
2. Définir les grands principes de la démarche d'évaluation partagée
3. Mesurer l'atteinte de 4 indicateurs de façon qualitative
4. Proposer des axes d'amélioration

Pré-requis

Aucun pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Personnes en recherche d'emploi

Salariés

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 98 %

Moyens pédagogiques

Echanges en petit groupe

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
marie.claret06@gmail.com



Méthodes pédagogiques

Apport théorique et méthodologiques
Pédagogie active

Durée

6 heures.

Programme

Etat des lieux sur le SPIE : Comment s'est mis en place l'expérimentation sur le territoire ?
Quelles ont été les spécificités territoriales?

- Travaux en groupe : mesurer les connaissances sur le SPIE
- Temps d'échange et croisement des regards

Les principes d'une démarche d'évaluation partagée : Pourquoi et comment évaluer?

Travail en individuel et en collectif sur les indicateurs d'évaluation.

Définir des axes d'amélioration partagés.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

COMMUNICATION POSITIVE

But de la formation

- Comprendre les enjeux de la communication
- Améliorer et enrichir sa perception de soi et des autres
- Renforcer la cohésion au sein d'un groupe

Compétences visées

1. Comprendre le processus d'une communication
2. Savoir prendre du recul et analyser une situation
3. Apprendre à développer son « assertivité »

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout type de public

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 95 %

Équipements nécessaires

Papier - crayon

Moyens pédagogiques

Eude de cas - Mise en situation

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Théorie - Pratique

Durée

12 heures (2 jours).

Programme

JOUR 1

- Définir les besoins pour une communication positive
- Ouvrir son regard et accepter les différences de perception
- L'impact sur le groupe d'une communication positive

JOUR 2

- Développer sa capacité d'écoute et de compréhension de l'autre
- Discerner comportements automatiques et assertivité
- Se positionner avec clarté - Exprimer positivement ses besoins

JOUR 3

- La communication non verbale ; le langage du corps
- La boussole du langage : différencier faits concrets et opinions
- Développer un questionnement et des critiques constructifs

JOUR 4

- Repérer les conduites inefficaces
- Anticiper les risques de conflit
- La gestion du conflit

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Droit à la déconnexion

But de la formation

Appliquer et faire appliquer le droit à la déconnexion informatique

Compétences visées

1. Connaître la loi sur le droit à la déconnexion
2. Comprendre l'impact des écrans sur soi et nos relations
3. Des pistes de réflexion pour prendre en compte cette loi au sein de l'entreprise

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout public professionnel

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 91.5 %

Équipements nécessaires

Client : Vidéo projecteur - Tableau blanc

Moyens pédagogiques

Analyse de la situation - Prise en compte de ses besoins et ceux de l'équipe

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Alternance théorie et pratique

Durée

4 heures.

Programme

Objectifs de la formation

- Le droit à la déconnexion et la loi
- Mieux connaître l'hyperconnexion et ses risques
- Repérer / Comprendre ses impulsions

Compétences visées

- Connaitre l'objectif et le cadre légal de la loi
- Analyser les conséquences pour l'entreprise
- Mieux maîtriser le processus de la surconnexion

Programme

Formation 4h

JOUR 1

- L'objectif de la loi - Cadre/obligation/sanction
- L'impact du temps d'écran : physique/émotionnel/intellectuel
- Le phénomène de l'addiction
- Se reconnecter au monde réel
- Des repères pour mieux maîtriser son temps d'écran

Méthode pédagogique

- Participative et concrète avec alternance entre : théorie et exemples étudiés en commun tirés du vécu des participants –

Outils

- Analyse de situation – Auto évaluation de ses comportements -

Modalités d'évaluation

- Evaluation à chaud en fin de formation

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

ECHANGE DE PRATIQUE

But de la formation

Appliquer une prise de recul sur ses pratiques professionnelles

- **Distancier** ressentis et situations
- **Conscientiser** sa place et son positionnement dans l'organisme

Compétences visées

1. Aborder le conflit comme un moyen de clarification
2. La prise de recul
3. Différents types de comportements face au conflit
4. La clarification de l'objectif visé
5. Les plus d'une réflexion de groupe

Pré-requis

Aucun

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout public professionnel

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 89.15 %

Équipements nécessaires

Client : Vidéoprojecteur - paperboard

Moyens pédagogiques

Alternance, pratique et théorie - Echanges - étude de cas

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Pédagogie coopérative

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Programme

- Apports théoriques
- Exposé des situations vécues
- Analyse et expertise des situations vécues
- Gestion des situations stressantes
- Elaboration des solutions appropriées et prise de recul

- **Elaborer et développer une culture commune**
 - S'entraider en s'offrant **écoute**, soutien, feed-back (entendre ses émotions, sortir de la solitude)
 - Développer le **sentiment d'appartenance**, se sentir en lien, se retrouver dans des vécus partagés
 - Développer les **compétences relationnelles** dans un groupe (approfondir ses capacités de communication, écoute, questionnement, expression de soi, partage de feed-back, etc.)
 - Travailler sur la posture professionnelle et la notion de responsabilité

- **Mettre en œuvre une attitude réflexive**
 - Renforcer le travail sur la mise en œuvre d'une communication respectueuse de soi et de l'autre, pour un positionnement ajusté et adapté à la fonction occupée
 - Acquérir différentes approches d'analyse de la complexité et la capacité à mobiliser diverses perspectives
 - Élaborer sa réflexion en lien avec son identité et ses rôles professionnels
 - Identifier ses modèles mentaux, ses grilles de lecture préférentielles et si nécessaire développer une pensée « plus souple » capable pour élaborer de nouveaux cadres de référence en situation
 - Réfléchir à soi, sa manière de vivre son activité et son contexte professionnel

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

Programme de formation

GESTION DU TEMPS

But de la formation

- Prendre conscience de son comportement : proactif ou réactif
- Connaître les lois de la gestion du temps
- Adopter des habitudes plus efficaces pour une meilleure maîtrise de son temps et de ses priorités

Compétences visées

1. Les lois du temps
2. Reconnaître mes valeurs de temps
3. Déterminer et gérer mes priorités
4. Planifier
5. Comprendre l'impact de la communication

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout public professionnel

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 93 %

Équipements nécessaires

Papier - Crayon

Moyens pédagogiques

Autotest - Jeux de rôle - Analyse

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Alternance - Théorie - Pratique -

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

- Différencier « efficacité et efficience »
- Les lois de la gestion du temps.
- Les pièges du temps
- Identifier son comportement face au temps – Autodiagnostic : Repérer les voleurs internes et externes
- Respecter son mode personnel biologique pour être plus productif
- Définir les priorités : Les siennes et celles du service – Savoir en discuter avec les responsables - Distinguer entre « importance et urgence » - Gérer ses priorités : « La matrice d'Eisenhower » pour distinguer « Urgent et Important
- Se poser des objectifs atteignables et quantifiables – Définir des objectifs
- Planifier pour organiser son temps de travail (planning et rétro planning) - Anticiper et gérer les imprévus
- Mettre en place des nouvelles routines utiles : Simplifier les tâches, regrouper les activités homogènes, les tâches flottantes
- Faire des demandes claires – Savoir dire non, positivement – Communiquer sur l'état d'avancement du travail – Avoir des feed-back constructifs
- Etablir ses axes d'évolution

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MIEUX COMMUNIQUER pour motiver et anticiper le conflit

But de la formation

Compréhension des enjeux de la communication
Appréhender les freins et les leviers
Anticiper le conflit
Faire descendre la pression en cas d'escalade
Se faire et faire des feed-back constructifs pour évoluer

Pré-requis

Aucun

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON
Référent pédagogique : François VERCOUTERE
Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Responsables d'équipe - Manager

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 96%

Équipements nécessaires

Papier - crayons

Moyens pédagogiques

Etude de cas - Jeux de rôle - Echanges - Exposé

Sanction de la formation

Attestation de présence

Méthodes pédagogiques

Alternance théorie pratique -

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Jour 1

Introduction : Les ressorts de la motivation dans l'équipe

- Mobiliser l'équipe sur un projet commun : Définir des objectifs
- Améliorer le bien-être de l'équipe - Anticiper les risques et les opportunités.

Les besoins de base d'une communication positive

- Définir une communication positive
- Basculement vers le conflit - Distinguer "conflit et problème"
- Comprendre l'enchaînement : émotion /besoin/ comportement
- Distinguer « identité et comportement »
- Prévenir l'escalade : cadrez l'objectif - clarifiez votre intention –
- Analyser et diagnostiquer la situation : La zone clé de perturbation entre confort et panique
- Autodiagnostic de sa communication : repérer ses ressources et ses points d'amélioration et son mode de relation à l'autre
- Les réactions automatiques : fuite/agressivité/manipulation
- Le triangle dramatique (Karpman)
- Une 4^{ème} attitude ; L'assertivité et la dynamique de confrontation

Jour 2

S'approprier les outils de régulation et d'anticipation

- Assurer sa posture interne – Distanciation émotionnelle
- Baisser l'agressivité par : l'écoute et la reformulation
- L'importance du non verbal
- F.O.S distinguer faits concrets / opinions /sentiments
- Des questions utiles pour avancer
- Des demandes claires - Savoir dire « non » positivement
- Adresser une critique constructive
- Valoriser/féliciter
- Quelques trames de communication : O.S.B.D : Se positionner avec clarté (CNV*) - D.E.S.C : Dialoguer efficacement
- Clore une discussion qui n'aboutit pas - Faire appel à une personne extérieure (responsable hiérarchique, médiateur, personne qualifiée...)
- **Se décharger émotionnellement après un conflit**
- Gérer la communication après conflit : Communiquer en interne et en externe sur le conflit
- Prendre des engagements respectifs et partagés

*CNV : communication non violente

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Initiation à l'utilisation de la traction animale

But de la formation

Avoir une vue d'ensemble concernant la pratique de la traction animale.
Acquérir les connaissances de base permettant l'utilisation d'un cheval de travail.
Comprendre les fondamentaux économiques liés à l'activité.

Compétences visées

1. Découverte de la traction animale
2. Utilisation sur une exploitation
3. S'installer en tant que prestataire en traction animale
4. Appréhender le marché en tant qu'entrepreneur

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON
Référent pédagogique : François VERCOUTERE
Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tous public

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Chaussures de sécurité
Gants
Nécessaire pour prise de notes
clé USB

Moyens pédagogiques

- 1 équidé pour 2 stagiaires
- Harnais de travail
- Outils (différentes bineuses, décavaillonneuse, charrue, avant train, remorque..)
- Carrière d'entraînement, terrain d'exercice

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - ESCALLE Philippe

Méthodes pédagogiques

- Explication orale, document écrit, photos et dessins commentés
- Test de positionnement
- Pratique sur terrain adapté

Durée

35 heures (5 jours).

Programme

Contenu 1

- Point 1 : Panser, faire les pieds, nourrir un équidé.
- Point 2 : Faire la propreté des box, gérer le stockage du fumier.
- Point 3 : Notions de bases sur l'entretien des prairies, des clôtures.
- Point 4 : Notions de bases sur le transport et la santé des équidés.

Contenu 2

- Point 1 : Observation du cheval dans le troupeau.
- Point 2 : Exercice simple, en carrière, d'entrée en relation.
- Point 3 : Observation de l'interaction entre le cheval et le meneur.
- Point 4 : Apprendre à formuler une demande

Contenu 3

- Point 1 : Rédiger un planning d'activités où le cheval va être employé
- Point 2 : Établir un plan de travail (quel jour ? quel harnais ? quel matériel ? combien de temps ?)

CONTENU 4

- Point 1 : Harnacher un cheval
- Point 2 : Atteler un outil
- Point 3 : Mener le cheval et l'outil, seul, aux guides.

CONTENU 5

- Point 1 : Atteler le cheval à un moyen de transport agricole
- Point 2 : Charger-décharger
- Point 3 : Mener l'attelage en toute sécurité
- Point 4 : Dé Atteler

CONTENU 6

- Point 1 : Lister les différentes possibilités de statut juridique, au cas par cas.
- Point 2 : Mise à disposition de chiffres clés, permettant d'avoir une base de travail, afin de

préparer un business plan.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Développer la créativité des jeunes enfants par le jeu libre et intuitif.

But de la formation

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure d'Investir les matériaux de seconde main pour développer des activités libres et intuitives à destination les jeunes enfants.

Compétences visées

1. Définir le jeu libre et intuitif.
2. Identifier les bienfaits d'une activité « jeu libre ».
3. Adopter une posture favorisant l'émerveillement des jeunes enfants.
4. Développer des activités avec différents matériaux.

Pré-requis

Pas de prérequis.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnels de la petite enfance.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 97.20 %

Moyens pédagogiques

Paperboard, supports pédagogiques, documents dématérialisés à exploiter à l'issue de la formation, matériaux, outils.

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Pédagogie affirmative pour l'apport de connaissance : méthodes expositive et interrogative.
Pédagogie de découverte pour entraîner les apprenants : méthodes expérimentale et active.

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Séance préalable : présenter les attendus de la formation

- **Pratiquer une activité créative libre et intuitive.**

Exprimer son ressenti

Contenu : Mise en situation d'activité. Activité conçue pour les adultes. Partage d'expérience

- **Soutenir le jeu libre et intuitif**

Identifier les bénéfices de ces activités.

Définir le jeu libre et le jeu intuitif.

Discuter du développement créatif des jeunes enfants, faire le lien avec les neurosciences.

- **Examiner l'accompagnement à privilégier.**

Adapter une posture favorisant l'émerveillement des jeunes enfants.

Définition de l'accompagnement. Les différentes techniques d'animation et leurs résultats.

Décrire la posture à adopter pour accompagner l'enfant dans l'exploration libre.

- **Développer des activités avec des matériaux de seconde main.**

Identifier la richesse des matériaux de récupération.

Le développement durable et les enjeux environnementaux

Tester une activité fonctionnelle.

Appliquer une méthodologie pour concevoir des activités.

Présentation d'une activité. Identifier les facteurs de succès.

- **Planifier des activités**

Concevoir des outils pédagogiques permettant l'éveil sensoriel et l'expérimentation.

- **Bilan de la formation**

Evaluation formative et clôture de la journée.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Innover des outils pédagogiques pour l'éveil créatif des jeunes enfants.

But de la formation

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de construire de nouvelles propositions de "jeu" afin d'accompagner l'enfant dans son développement moteur et sensoriel.

Compétences visées

1. Concevoir des activités d'éveil des sens adaptées aux besoins des enfants avec des matériaux accessibles/disponibles.
2. Choisir des jeux libres ou des jeux d'exercices en cohérence avec les apprentissages des enfants.
3. Pratiquer des méthodes en pédagogie positive pour accompagner les enfants dans les temps d'activités.

Pré-requis

Pas de pré-requis.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnel(le) de la petite enfance.

Moyens pédagogiques

- Séance de formation en salle (tables et chaises).
- Supports pédagogiques.
- Documents ressources dématérialisés à exploiter à l'issue de la formation.

Sanction de la formation

Une attestation de formation sera remise à l'apprenant en fin de cursus.

Méthodes pédagogiques

- Méthodes expositives : apports théoriques sous formes d'explications et de jeux ludiques.
- Méthodes démonstratives : présentations et manipulations.
- Méthodes interrogatives : échanges interactifs, brainstorming, retours d'expériences.
- Méthodes expérimentales : apports pratiques, études de cas, mises en situation, découvertes créatives et sensorielles.
- Méthodes actives : analyse, élaboration, conception.

Durée

21 heures (3 jours).

Programme

Jour 1	Séquence : explorer le jeune enfant dans son développement.
	Séance. Identifier les bénéfices d'une mise en éveil des sens. <i>Capacité : éveiller ses sens et sa créativité.</i>
	Séance. Composer avec les 7 sens. <i>Capacité : relier les sens à des activités d'éveil.</i>
	Séance. Définir et présenter les différentes dimensions du développement. <i>Capacité : identifier la place du jeu dans le développement de l'enfant.</i>
	Séance. Développer ses connaissances au regard des neurosciences. <i>Capacité : associer le fonctionnement de l'enfant et ses approches pédagogiques.</i>
Jour 2	Séance. Valider des produits en termes de qualité éducative. <i>Capacité : analyser des jeux ou jouets.</i>
	Séquence : analyser le développement créatif chez les jeunes enfants.
	Séance : Développer les notions de créativité et d'imaginaire. <i>Capacité : s'exprimer à travers une activité libre et intuitive.</i>
	Séance : Définir la place de la créativité dans les différentes approches pédagogiques. <i>Capacité : soutenir un accompagnement adapté aux besoins des enfants et aux objectifs.</i>
	Séquence : Appliquer une méthodologie de projet.
	Séance. Discuter des activités récup' et de sa responsabilité environnementale et sociétale. <i>Capacité : sélectionner des matériaux à forte valeur créative.</i>
	Séance. Discuter d'une activité élaborée et fonctionnelle. <i>Capacité : définir les facteurs clés de succès.</i>
	Séquence : proposer une activité à tester en situation réelle.
Séance. Examiner des outils pédagogiques multi-sensoriels. <i>Capacité : organiser un atelier à animer.</i>	
Jour 3	Séance. Evaluer les propositions faites aux enfants. <i>Capacité : présenter et valoriser les expérimentations menées en structure.</i>
	Séquence : innover dans ses propositions d'ateliers.
	Séance. Construire une activité d'éveil sensoriel et créative. <i>Capacité : examiner les matériaux afin de proposer des ateliers aux enfants.</i>
	Séance. Concevoir des outils pédagogiques. <i>Capacité : développer de nouvelles compétences avec des outils et matériaux.</i>
	Séance. Elaborer un plan d'action pour sa structure professionnelle. <i>Capacité : initier de nouveaux ateliers.</i>
	Bilan et clôture de la journée.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Animer une histoire pour les jeunes enfants

But de la formation

A la fin de la formation, l'apprenant sera en capacité de manipuler des accessoires (objets sonores et marionnettes) pour illustrer des histoires à destination des jeunes enfants.

Compétences visées

1. Constituer une malle sonore.
2. Elaborer des marionnettes.
3. Mettre en scène son histoire (inventer et interpréter).

Pré-requis

Pas de prérequis.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnels de la petite enfance : assistants maternels, salariés de structure d'accueil (multi accueil, crèche familiale ...).

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 99%

Moyens pédagogiques

Outils pédagogiques, matériaux pour fabrication, valorisation de matériaux de récupération et détournement d'objet, outils pour la fabrication, livres pour enfants, paper-board, stylos, cartes, questionnaire.

Sanction de la formation

Attestation de formation.

Méthodes pédagogiques

Méthode expositive : présentation
Méthode interrogative : construction collective
Méthode expérimentale : mise en situation
Méthode active : étude de cas / restitution

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

1/ Présentation de la journée : Attentes des apprenants / objectifs / contenu.

2/ La lutherie sauvage et les bruitages.

Quèsaco ? Présentation d'objets sonores.

Fabrication d'objets par les apprenants : se constituer individuellement une malle sonore.

3/ Les marionnettes.

Intérêts pour l'enfant.

Réalisation de marionnettes.

Utiliser sa marionnette.

4/ L'histoire

Création d'histoire : pistes de travail / brainstorming / écriture par groupe.

Mise en scène de son histoire par groupe.

5/ Bilan.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Eveil à la nature et petite enfance

But de la formation

A la fin de la formation, l'apprenant sera en capacité de proposer des ateliers « nature » lors de ses temps d'animation avec les assmats et leurs enfants.

Compétences visées

1. Identifier les intérêts des découvertes nature
2. Expérimenter des ateliers
3. Développer sa sensibilité à l'environnement pour transmettre de l'émerveillement aux jeunes enfants et à leurs accompagnants

Pré-requis

Pas de prérequis.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnels de la petite enfance.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 97%

Moyens pédagogiques

Outils pédagogiques, jeux, affiches, post'it, matériaux, outils.

Sanction de la formation

Attestation de formation.

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative : manipulation
Méthode expositive : présentation
Méthode interrogative : questionnement, construction collective
Méthode expérimentale : mise en situation
Méthode active : étude de cas, restitution

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Séance préalable : présenter les attendus de la formation
Contenu : Accueil. Cadre et informations à connaître. Présentation du contenu de la journée.

Partager un atelier de découvert nature.
Vivre une activité sensorielle et ludique.
Contenu : Mise en situation d'activité. Activité conçue pour les adultes. Partage d'expérience.

Discuter de l'approche environnementale.
Identifier les bénéfices de ces activités.
Contenu : Qu'est-ce que l'éducation à l'environnement ; Développer une sensibilité ; Une approche par/avec et pour la nature ; Accompagner l'enfant à développer des compétences.

Mettre en place des ateliers « nature et sensoriel » en intérieur et extérieur.
Concevoir et expérimenter.

Bilan et clôture de la journée.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Analyse des pratiques professionnelles

But de la formation

Renforcer la professionnalité des intervenants à domicile par l'étude, l'analyse de situations réelles et des apports théoriques et conceptuels au fil de l'eau.

Compétences visées

1. Renforcer les connaissances professionnelles
2. Etayer les pratiques professionnelles
3. Aider à agir face à des situations difficiles

Pré-requis

Aucun pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Salariés

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 86 %

Équipements nécessaires

Salle permettant la confidentialité des échanges

Moyens pédagogiques

Analyse de situations apportées par les participants

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Expérientielles

Durée

20 heures (3 jours).

Programme

- L'analyse des pratiques professionnelles vise à explorer la pratique professionnelle de chacun en lien avec 4 registres :

- **Le ou la récitant-e** : dimension de la relation du/de la professionnel.le à la situation, dimension du vécu de la situation pour le ou la professionnel.le, les émotions et affects. *Qu'avez-vous à dire de vous par rapport à cette situation ? En quoi avez-vous été touché.e par tel ou tel événement ?*

- **L'équipe** : dimension de la relation du/de la professionnel.le à l'équipe. Dimension collective puisque l'équipe ou du moins une partie est présente dans le groupe.

- **L'environnement** : dimension de la relation du/de la professionnel.le à l'environnement (institution, organisation, société), dans quel cadre s'inscrit cette situation rencontrée ?

- **Les missions** (bénéficiaires et leurs familles) : dimension de la relation du/de la professionnel.le à ses missions qui incluent les professionnels encadrés, les bénéficiaires et leurs familles. Exploration de sa relation à la tâche prescrite et à l'activité réellement menée.

• Déroulé d'une séance

1. Retour sur la situation précédente

- En début de séance, une rapide reprise de la situation évoquée lors de la séance précédente est proposée. Cela permet, pour la personne concernée, de s'exprimer sur ce qui a changé depuis la précédente séance, et pour le groupe de repérer les bénéfices réels de la méthode, en termes de « déblocage » d'une situation. L'étayage se construit aussi dans la reprise des situations d'une fois sur l'autre.

2. Choix d'une situation

- À l'occasion d'un tour de table, les participant.e.s sont invité.e.s à s'exprimer sur les situations qu'ils ou elles souhaitent mettre au travail et à proposer le choix de l'une ou l'autre de ces situations.

3. Récit

- Une fois arrêté le choix d'une situation, la personne qui l'a proposée est invitée à s'exprimer librement sur cette situation (faits, difficultés, ressentis, etc.), sans être interrompue par le groupe, qui l'écoute attentivement. Il s'agit pour la personne d'un temps de parole souveraine.

4. Temps de questionnement

- Lorsque ce récit est terminé, les autres participant.e.s sont invité.e.s à poser des questions d'ordre factuel et de compréhension, visant à approfondir leur connaissance de la situation (sans entrer pour le moment dans l'analyse).

5. Temps d'analyse

- Une fois la situation pleinement éclairée du point de vue factuel, les participant.e.s, et à l'exception de la personne qui a exposé la situation, sont invité.e.s à proposer des hypothèses d'analyse ou formuler des pistes de compréhension (sans chercher dans l'immédiat à apporter de solution). Ce moment d'élaboration collective est écouté attentivement par la personne qui a exposé la situation et qui garde le silence.

6. Retour du narrateur

- Enfin, la personne qui a exposé la situation peut reprendre la parole, pour revenir sur son vécu de ce moment d'élaboration, les pistes qu'elle retient et celles qu'elle ne prend pas, en apporter de nouvelles, dire en quoi ce temps a été éclairant, etc. puis poursuivre le travail d'élaboration avec le groupe.

7. Recherche de réponses ou ressources

- Pour terminer, le groupe peut chercher des réponses concrètes à apporter à cette situation. Il peut également réfléchir à des outils ou élargir la réflexion pour saisir des questions plus générales. Ce peut être l'occasion, si le besoin se fait sentir, de travailler sur le sens de l'activité et la visée éthique du travail d'accompagnement ou sur les évolutions en cours et leurs implications dans les pratiques professionnelles. Cette phase du dispositif est aussi l'occasion pour l'intervenante de faire des **apports conceptuels et théoriques** desquels pourront découler la fourniture de documents : articles scientifiques et publications notamment.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Formation "Renforcer la posture de l'accompagnant"

But de la formation

Renforcer la posture professionnelle de l'accompagnant

Compétences visées

1. Acquérir des notions en analyse de l'activité de travail et sur le rapport au travail
2. Comprendre le fonctionnement des groupes et des équipes de travail
3. Apprendre à ajuster sa posture professionnelle lors d'un accompagnement

Pré-requis

Demande de la personne

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnel en situation d'accompagnement

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 92.5 %

Équipements nécessaires

Salle bureau chaise

Moyens pédagogiques

Récit et analyse de situations

Divers outils de mise en mouvement de la pensée

Apports théoriques et conceptuels au fil de l'eau

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Approche active et expérientielle

Durée

15 heures (3 jours).

Programme

Acquérir des notions en analyse de l'activité de travail et sur le rapport au travail

- travail prescrit, travail réel
- l'activité entre tensions et équilibre
- rapport au travail : reconnaissance, sens, qualité

Comprendre le fonctionnement des groupes et des équipes de travail

- apports sur le fonctionnement des groupes
- faire équipe et coopération
-

Ajuster sa posture professionnelle

- communication et écoute
- notion de "juste distance"
- analyser les situations sur plusieurs niveaux (individuel, groupal, organisationnel, institutionnel et sociétal)

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
arcoop@archer.fr



Programme de formation

PREVENTION RISQUES INCENDIE EXPLOSION (ATEX) INITIAL

But de la formation

Connaître et comprendre les risques spécifiques de l'installation. *Cette formation s'intègre dans la démarche de la Directives ATEX 1999/92/CE et 94/9/CE*

A l'issue de la formation, le stagiaire :

- Connait les enjeux environnementaux de son installation
- Connait les enjeux du stockage des céréales et les comportements généraux des produits
- Connait les autres risques liés au stockage des céréales
- Connait les mécanismes d'explosion de poussières et la réglementation ATEX
- Connait les moyens d'action de réduction des risques

Compétences visées

1. Connaître les mécanismes d'explosion de poussières
2. Connaître la réglementation ATEX
3. Connaître les moyens d'action de réduction des risques

Pré-requis

Français lu-parlé-écrit

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Personnel d'exploitation, responsable d'exploitation, responsable technique, intervenants dans les installations de stockages de céréales.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Simulateur d'explosions

Moyens pédagogiques

Apport théorique, mise en situation

Sanction de la formation

Attestation de formation

Modalités d'évaluation : Test en fin de module. Note mini : 5/20

Méthodes pédagogiques

- Alternance d'apport théoriques et d'illustrations pratiques avec : manipulation d'un simulateur, illustration sur l'installation, présentations de retours d'expériences industriels.
- Tour de table pour utilisation du retour d'expériences des stagiaires

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Matin :

- Présentation des participants
- La réglementation ICPE
- Les enjeux liés aux céréales
- Les types de produits, les comportements (respiration, fermentation, auto-échauffement)
- La mécanique de l'incendie et de l'explosion

Après-midi :

- Démonstration avec un simulateur d'explosion (manipulation par les participants)
- Retour sur l'accidentologie
- Management de la sécurité
- Le permis de feu
- Rappel des moyens d'intervention
- Conclusion, test et bilan de formation

Accessible aux personnes en situation d'handicap : non

Programme de formation

Accompagnement et Soutien Personnalisé de Professionnels-Dirigeants d'un service

But de la formation

Permettre à la cadre de service de s'inscrire dans une démarche de progression en termes de management et leadership.

Compétences visées

1. Connaître son style de leadership
2. Connaître le rôle des attitudes mentales aux aléas du monde prof (changement, arrêt de travail, manque d'intérêt, de motivation, attitude « victimiste », négative et/ou non coopérative de certains collaborateurs, mise au prud'homme ..., conflit et tension au sein d'une équipe ...)
3. Développer son assertivité
4. Utiliser les bases de la dialectique

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnel-dirigeant à responsabilité d'un service

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 99 %

Moyens pédagogiques

étude de cas professionnel; utilisation de films, vidéos; mises en situation, pratique des outils proposés

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

DIDACTIQUE (apport de contenus théoriques) ; RÉFLEXIVE – INTERACTIVE et MISE EN PRATIQUE des outils entre les séances

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Format de la Formation : 2 sessions de 3.5 heures

1ère session – Manager et/ou Leader - Les pratiques d'un leadership motivant

- Accueil et Administratif
- Découvrir son style de leadership
- Le pouvoir d'influence du leader - pouvoir/puissance et autorité
- Les attitudes gagnantes
- Augmenter la performance et qualité d'investissement de son équipe
- En Fin de la session 1 :
 - Établissement d'un programme d'actions spécifiques à mettre en place d'ici la prochaine session

2ÈME session : S'affirmer dans son leadership

- Retour sur le programme précédent
- Développer son assertivité
- Faire face aux critiques justifiées ou non - la dialectique
- Le leadership du 3ème millénaire
- En Fin de la session 2
 - Établissement d'un programme d'actions à mettre en oeuvre
 - Évaluation « à chaud » de la session 2
 - Évaluation individuelle des 2 jours

Objectifs Opérationnels visés

- Optimiser son potentiel de leadership
- Optimiser sa capacité et habilité à gérer l'impact de ses positionnements sur les collaborateurs et soi-même

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

But de la formation

- Permettre aux participants d'acquérir, d'améliorer une position de réflexion sur leur pratique professionnelle.
- Augmenter la compréhension mutuelle des fonctionnements et des problématiques de chaque professionnel de l'équipe
- Favoriser une meilleure posture professionnelle quant au public en insertion accueilli.
- Mutualiser les savoirs, savoirs faire et savoir être de l'équipe

Compétences visées

1. Développer une capacité réflexive sur des situations professionnelles réelles permettant la prise de distance
2. Être capable d'avoir une posture professionnelle la plus ajustée possible dans une situation de travail complexe
3. Apprendre à se comprendre et à faire équipe malgré la pluridisciplinarité des profils professionnels

Pré-requis

Les participants doivent partager un dénominateur commun (métiers, équipe pluridisciplinaire, niveau hiérarchique).

La participation peut être basée sur du volontariat ou sur un temps de travail obligatoire.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnel-les exerçant une activité à forte composante relationnelle

(métiers métiers du travail social, de l'aide à domicile, médical et paramédical, formation et accompagnement, encadrement et management).

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 99 %

Équipements nécessaires

Aucun

Moyens pédagogiques

Un lieu d'accueil agréable et "neutre"

Sanction de la formation

Méthodes pédagogiques

Le processus pédagogique d'analyse de la pratique professionnelle se déploiera selon des approches croisées à partir de la psychologie sociale, psychologie du travail et des apports des neurosciences et de la neurobiologie (Grille de lecture Théorie polyvagale).

Le processus par son approche d'ensemble s'appuie sur les compétences et ressources des participants et les amène à porter un regard à la fois global et détaillé sur les situations, sur leur fonctionnement propre en tant que professionnels et sur la dynamique du public accueilli.

L'intervenante veillera à faciliter la parole et la circularité des échanges afin de favoriser une dynamique de réflexion mutuelle et de coopération.

Des apports théoriques ou expérientiels en rapport avec les situations travaillées peuvent être apportés par l'intervenante

Durée

8 heures (2 jours).

Programme

Les 8 heures de formation se dérouleront en 4 séances de 2 heures

1- APP Séance#1

Accueil et administratif (signature Fiche Émargement ...)

Temps de prise de contact et d'échanges concernant le déroulement des 4 rencontres

Présentation mutuelle des participants et questionnement sur leur connaissance de ce qu'est une APP. Rappel du calendrier programmé ; du lieu des rencontres et de leur durée.

Mise en place du cadre du déroulement des séances : les attentes institutionnelles; les objectifs généraux; les attentes des participants vis-à-vis de l'APP

Information sur les règles de bon fonctionnement : confidentialité; restitution; bienveillance; centration sur la pratique professionnelle; l'assiduité

Choix d'une situation pour la séance

2- Le DÉROULEMENT des séances APP# 2, 3 et 4

Le déroulement des autres séances se centre sur les situations professionnelles que les participants souhaitent explorer.

Retour sur la situation précédente.

Choix d'une situation pour la séance.

Présentation détaillée mais synthétique par le professionnel de la situation choisie.

Temps d'exploration et d'échanges autour de la situation.

Temps d'exploration des changements apportés par les échanges et de leurs conséquences pratiques concrètes envisagées par le professionnel

3- Lors de la séance APP#4

Un temps d'évaluation et de bilan sera organisé avec les participants (compétences acquises, reconduite du groupe ...)

La synthèse de cette évaluation sera partagée avec le commanditaire.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

RENFORCER LA POSTURE PROFESSIONNELLE avec les OUTILS DES NEUROSCIENCES ET DE LA NEUROBIOLOGIE

But de la formation

Augmenter la capacité du professionnel à rester en lien avec lui-même et avec l'autre (personne accompagnée, partenaires, collègues ...) en l'équipant d'outils issus des neurosciences et de la neurobiologie. La connaissance et la pratique de ces outils permettront au professionnel d'optimiser ses relations et sa posture professionnelle grâce à la maîtrise de leur mindset (état émotionnel).

Compétences visées

1. Augmenter sa capacité à rester stable et en lien avec toutes personnes dans le cadre professionnel
2. Connaître ses fonctionnements réactifs et ceux des autres pour ne plus les subir
3. Optimiser son potentiel de « rester en lien » par la co-régulation d'un état émotionnel choisi (et non subit)
4. Équiper les professionnels accompagnants d'outils et de techniques leur permettant de s'ancrer dans une posture professionnelle co-constructive.
5. Savoir prendre de la distance avec le stress et les tensions au travail

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnels de l'accompagnement du secteur social et médico-social et Professionnels d'Accueil de public en difficulté

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Cahier - stylo

Moyens pédagogiques

Pratiques des outils proposés en session et hors session, mise en situation, power-point, livret de l'apprenant.

Sanction de la formation

Méthodes pédagogiques

Didactique (apports de contenus théoriques) ;
Réflexive – Interactive (échanges entre les apprenants et formateur sur des situations personnelles et/ou professionnelles apportées par chacun
et Mise en pratique des outils pendant et entre les séances.

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

1ère session – Initiation aux outils de la Théorie Polyvagale

Apports théoriques sur les outils de la Théorie Polyvagale : les états qui nous gouvernent.
Découverte d'une nouvelle grille de lecture du comportement humain grâce à la neurobiologie et aux neurosciences.

Mise en pratique de ce que sont les états de survie :

Mieux se connaître : Établir sa propre grille de lecture comportementale réflexe face aux situations de relations professionnelles.

Mieux cerner le comportement d'un tiers (partenariat – accompagnement – relation d'équipe...)

2ème session – Travail sur 3 axes d'action de la confiance en développant ses Ressources

-Apports sur la notion de rupture relationnelle

-Le tableau des ruptures : L'origine de la rupture, sa réparation en recrutant le bon état et la réciprocité (revenir à la connexion)

-Travail sur la notion d'intention – le cerveau fonctionne par l'intention : quelle intention je pose lorsque je rentre en relation avec une personne accompagnée, un partenaire, un collègue de travail ...

Élaboration et outils de reprogrammation mentale.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

GROUPE D'ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES (APP)

But de la formation

Analyser des situations professionnelles ayant généré interrogations, tensions voire conflits, trouver des ressources disponibles pour chacun-e et pour l'équipe, sortir de l'impuissance pour agir dans le cadre professionnel.

Compétences visées

1. Identifier, comprendre et dépasser les freins, difficultés ou empêchements rencontrés dans l'action individuelle et collective.
2. S'écouter mutuellement au sein de l'équipe de professionnel-les et favoriser la cohérence des pratiques au sein de la structure.
3. Elaborer des stratégies collectives en matière d'intervention auprès des bénéficiaires et des partenaires.
4. Communiquer de manière assertive vis-à-vis des bénéficiaires, des collègues, de la hiérarchie.
5. Ajuster ses réactions et son agir professionnel en termes de comportement, de positionnement et de fonctionnement, aux niveaux individuel et collectif.
6. Se référer au cadre de la structure et aux responsabilités qui incombent à chacun-e.

Pré-requis

L'action de formation est réalisée auprès de l'ensemble des professionnel-les, volontaires pour participer à la démarche dont ils-elles auront été préalablement informé-es et pendant laquelle il-elles ne pourront être sollicité-es pour d'autres tâches.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Professionnel-les d'un même secteur d'activité.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 88 %

Équipements nécessaires

Paper board.

Moyens pédagogiques

Cadre relationnel et de fonctionnement. Etudes de cas apportés par les participant-es, mises en situation, outil "Behind you back". Apports de connaissance ponctuels (présentation orale avec support pédagogique).

Sanction de la formation

Certification de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthodes actives s'appuyant sur les expériences, les ressources et les compétences des participant-es, et ponctuellement exposives. La formatrice Katia PEYRE est certifiée en ATCC© (Approche et Transformation Constructives des Conflits©).

Durée

12 heures (2 jours).

Programme

Les interventions sont espacées de 6 semaines environ et chacune d'elle, d'une durée de 2 heures, est programmée comme suit :

15 mn : Accueil inclusif – Météo.

15 mn : Recueil et choix de situations professionnelles, à partir de pratiques vécues.

1 h 15 mn : Analyse des pratiques professionnelles, incluant des apports de connaissance par l'animatrice en fonction des situations professionnelles apportées.

15 mn : Ancrage et bilan.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

ARTICULER FONCTIONNEMENT ET PROJET SOCIAL

But de la formation

En tant que directeur ou directrice, prendre du recul et s'outiller pour mieux articuler le fonctionnement de la structure avec le projet social au service des habitant.e.s.

Compétences visées

1. Identifier ses besoins et prendre en compte les besoins des autres parties prenantes
2. Communiquer de manière assertive
3. Assumer le rôle de la sanction
4. S'adapter à l'évolution du modèle socio-économique
5. Optimiser la gouvernance interne

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Directeurs et directrices membres de la Fédération des centres sociaux & associations d'animation locale.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Paper-board ou tableau.

Moyens pédagogiques

Un cadre relationnel et de fonctionnement est posé. La méthode active et participative s'appuie sur les expériences, les ressources et les compétences des participant.e.s. Des outils spécifiques d'approche systémique des situations sont utilisés, complétés par des apports conceptuels et réglementaires. Cette pédagogie prend en compte différentes dimensions : personnelle et émotionnelle, organisationnelle et structurelle, réglementaire, culturelle, en lien avec les valeurs qui fondent et guident l'action. Le temps entre chaque séquence de formation permet l'appropriation et la mise en pratique sur le terrain, associées à des retours d'expérience.

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP

ARCOOP

2, rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère
07 83 73 81 43
katia.peyre@atcc-institut.fr



Méthodes pédagogiques

Apports théoriques et méthode active

Durée

13.5 heures (2 jours).

Programme

SEQUENCE 1

Accueil et météo inclusive.

Compétence visée : Identifier ses besoins et prendre en compte les besoins des autres parties prenantes (habitant-e, animateur.trice, bénévole, membre du conseil d'administration, partenaire, ...)

Méthode : Apports sur les besoins fondamentaux, application des stratégies pour les satisfaire au travers de demandes concrètes et réalistes.

Régulation de fin de séquence.

SEQUENCE 2

Accueil et météo inclusive.

Compétence visée : Communiquer de manière assertive - s'exprimer et s'affirmer en respectant l'autre ; oser dire un dérangement et faire respecter sa limite ou sa frontière.

Méthode : Exercice avec observation, analyse, apports complémentaires.

Régulation de fin de séquence.

SEQUENCE 3

Accueil et météo inclusive.

Compétence visée : Assumer le rôle de la sanction – se référer au cadre institutionnel et formel (fonctions, rôles, missions au service du projet), sanctionner les transgressions et permettre la responsabilisation.

Méthode : Apports pédagogiques et mises en situation.

Régulation de fin de séquence.

SEQUENCE 4

Accueil et météo inclusive.

Compétence visée : S'adapter à l'évolution du modèle socio-économique – concilier charges administratives, contraintes légales, construction et animation du projet social.

Méthode : Etat des lieux et intégration des différents enjeux.

Régulation de fin de séquence.

SEQUENCE 5

Accueil et météo inclusive.

Compétence visée : Optimiser la gouvernance interne – clarifier les pouvoirs d'agir et de décision de chaque partie prenante, mettre en œuvre délégations et mandats.

Méthode : Apports conceptuels et travaux en sous-groupes.

BILAN - questionnaires d'évaluation, tour d'expression orale et échanges en présence des personnes commanditaires.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

PREMIERS SECOURS EN SANTE MENTALE

But de la formation

- Apporter des connaissances de base concernant les troubles psychiques, faire évoluer les représentations et reculer la stigmatisation.
- Favoriser la confiance dans l'interaction avec les personnes touchées par un trouble de santé mentale.
- Améliorer leur situation par la détection des troubles et l'intervention précoce.

Compétences visées

1. Reconnaître les signes du développement possible d'un trouble de santé mentale ou d'une crise.
2. Appliquer un plan d'action pour apporter de l'aide à une personne qui vit le début d'un trouble psychique, la détérioration d'un trouble existant, ou une crise.

Pré-requis

Aucun, si ce n'est un intérêt pour le sujet.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout public adulte.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 86 %

Équipements nécessaires

Ecran avec son reliable à un ordinateur, ou vidéo-projecteur. Paper-board. Tables mobiles.

Moyens pédagogiques

Présentation orale, présentation écrite, lecture du manuel PSSM, utilisation de supports vidéos, activités en groupe et en sous-groupes, études de cas, jeux de rôles.

Un manuel PSSM France est remis à chaque participant.e.

Le groupe est constitué de 8 à 16 personnes.

Sanction de la formation

Un certificat de réalisation de formation et une attestation de secourisme en santé mentale seront délivrés, sous réserve de la participation à l'ensemble de la formation et de l'évaluation en ligne de la formation sur le site de PSSM France.

ARCOOP

2, rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère
07 83 73 81 43
katia.peyre@atcc-institut.fr



Méthodes pédagogiques

Exposives et actives. La formatrice Katia PEYRE est accréditée par PSSM France.

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Porté par l'association PSSM France (site pssmfrance.fr), le dispositif propose à un niveau national des contenus de formation et supports pédagogiques homogènes, validés et reconnus par les pouvoirs publics, les représentant-e-s des usagers, les professionnel-le-s. Ces supports sont actualisés régulièrement au gré des avancées en matière de recherche, de politique de santé, de demande sociale. Le projet permet également de s'inscrire dans un programme international structuré ayant fait l'objet de nombreuses études d'impact, et de bénéficier de l'expérience des pays précurseurs.

Les Premiers Secours en Santé Mentale sont l'équivalent, en santé mentale, des gestes de Premiers Secours Physiques qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté. Ils sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée, ou que la crise soit résolue.

Structurée en 4 demi-journées, la formation apporte des connaissances de base concernant la santé mentale et les troubles psychiques. En y associant un plan d'action, elle aborde en particulier les troubles dépressifs, anxieux, psychotiques, et ceux liés à l'utilisation de substances, ainsi que les crises suivantes : pensées et comportements suicidaires, attaques de panique, événements traumatiques, états sévères de psychoses, effets sévères liés à l'utilisation de l'alcool et de substances toxiques, conduites agressives.

Les 14 heures sont réparties sur 2 jours consécutifs. Un format spécifique est possible sur 2 jours non consécutifs (espacés de 15 jours maximum) ou 4 demi-journées.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Initiation au portage en EAJE

But de la formation

Connaitre la physiologie du bébé porté
Connaitre la physiologie du porteur
Connaitre l'utilité des moyens de portage
Connaitre l'utilité du portage en EAJE
Maitrisé le nouage en écharpe et en sling
Maitrisé l'installation en Porte bébé de type préformé et de type Mei tai
Connaitre les règles de sécurité lors du portage d'un jeune enfant

Compétences visées

1. Connaitre la physiologie du bébé porté
2. Connaitre la physiologie du porteur
3. Connaitre l'utilité des moyens de portag

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON
Référent pédagogique : François VERCOUTERE
Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Cette formation s'adresse aux professionnelles exerçant dans les Etablissements d'Accueil du Jeune
Enfant :
Psychomotriciennes
Infirmières
EJE
Auxiliaires de Puériculture
Aides de Puericulture

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 99.5 %

Équipements nécessaires

Moyens de portage (écharpe, sling, porte bébés à tabliers, tubes et filets de portage)
Ordinateur
Retroprojecteur
Poupons lestés

Moyens pédagogiques

Jeu de role
Questions Réponses
Projection de documents

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Ice breaker
Mise en situation professionnelle
Jeu de role
Pratique et exercices avec Moyen de portage et Poupons lestés

Durée

4 heures.

Programme

Accueil
Physiologie du porteur et du bébé porté
Portage à Bras
Change physiologique et manipulations
Règles de sécurité lors du portage
Manipulations

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 rue Camille Claudel
BP240
26106 ROMANS SUR ISERE
04 75 44 20 95 - 06 88 52 29 33
vpouchol@yahoo.fr



Programme de formation

Clôturer un entretien téléphonique

But de la formation

Clôturer un entretien, à destination des personnels en poste d'accueil_

Compétences visées

1. conduire l'entretien et maîtriser les étapes d'un entretien
2. cadrer le temps de l'entretien
3. écouter, questionner, reformuler pour une communication efficace
4. conclure l'entretien sur une bonne impression

Pré-requis

Aucun prérequis défini

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Employé.e.s

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 95%

Équipements nécessaires

Paper board, stylos, video-projecteur (avec son)

Moyens pédagogiques

Livret du participant, tests, jeux, échanges d'expérience, mises en situation, paperboard, videos

Sanction de la formation

Attestation de formation

ARCOOP

2 rue Camille Claudel
BP240
26106 ROMANS SUR ISERE
04 75 44 20 95 - 06 88 52 29 33
vpouchol@yahoo.fr



Méthodes pédagogiques

participative avec éclairages théoriques: méthodes "interrogative et de découverte, expérimentale"

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Matinée

- Tour de tables des expériences, des besoins et des attentes
- L'entretien qui fonctionne bien ? Identifier et caractériser les différentes étapes de l'entretien
- les spécificités de l'entretien téléphonique
- Les entretiens qui dysfonctionnent, avec mise en situation
- Les signaux d'alerte et les risques... (d'enlèvement, de manipulation, d'agressivité, de conflits,...) et la communication para verbale

Après-midi

- L'assertivité (affirmation de soi dans le respect de l'autre, recadrage bienveillant)-
- Test et mises en situation : garder la maîtrise de l'entretien – guider vers la clôture
- Echanges de pratiques sur les entretiens qui posent problème, sur les procédés des agents, en fonction de leur statut, contexte et marges de manœuvres
- Clarifier le ou les objectifs pertinents de l'entretien, adapter son comportement
- Finir l'entretien sur une bonne impression

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 rue Camille Claudel
BP240
26106 ROMANS SUR ISERE
04 75 44 20 95 - 06 88 52 29 33
vpouchol@yahoo.fr



Programme de formation

Gestion des situations difficiles

But de la formation

Comprendre les mécanismes de la communication, des tensions et des conflits pour mieux les prévenir
Etre outillé pour gérer les situations difficiles
Déterminer des objectifs adaptés et adopter les comportements adéquats en situation

Compétences visées

1. communiquer avec clarté et précision, afin d'éviter les malentendus
2. pratiquer une communication préservant une relation de qualité
3. prévenir et désamorcer les tensions et les conflits
4. Développer l'empathie et l'écoute active
5. développer son assertivité en relation, savoir (re)cadrer et tenir les rênes d'un entretien

Pré-requis

aucun

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Public adultes, salariés ou demandeurs d'emploi

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 95%

Équipements nécessaires

Un paper-board (avec stylos- markers) sur place
un vidéo-projecteur (avec câble)-

Moyens pédagogiques

Jeux, tests écrits, vidéos...
support de formation

Sanction de la formation

Etude de cas et mises en situation

ARCOOP

ARCOOP

2 rue Camille Claudel
BP240
26106 ROMANS SUR ISERE
04 75 44 20 95 - 06 88 52 29 33
vpouchol@yahoo.fr

**Méthodes pédagogiques**

participatives
Jeux, tests, mises en situations
Echanges entre participants
suivis d'éclairages théoriques

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

le stress, les émotions, les tensions et les conflits
Apprendre à connaître ses réactions et à se positionner face au stress et aux situations difficiles
(manipulations, exigences, agressivité, fuite,...)-
Développer empathie et assertivité
Analyses et échanges autour de situations problématiques.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

DRAINAGE LYMPHATIQUE

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du drainage lymphatique. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Connaître ma définition du Drainage lymphatique
2. Connaître les manœuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
6. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, thérapeutes, personnes en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Tables de massage

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative, stagiaires par binôme,

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 / 12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du drainage lymphatique :

- Historique
- Dr VODDER
- Le sang
- La circulation sanguine
- Le système lymphatique
- Les bienfaits, les contre- indications
- Durée du drainage
- Son coût

Face antérieure :

Formation des binômes :

Corps : Ventre

Cuisses

Manceuvres sur ventre, cuisses. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/17h30

Face antérieure : Genou, chevilles, pieds

Manceuvres

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30

Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

2^{ème} partie face postérieure : cuisses arrière, mollets, dos

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/14h30

Drainage visage :

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

14h30/17h30

Pratique du drainage : le participant reçoit et donne une séance complète du drainage lymphatique

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE AFRICAIN

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage Africain. Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, élèves de CAP, personnes en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage AFRICAIN :

- Son origine
- Les bienfaits, les contre- indications
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, roulé africain, patte de tigre, étirements, manœuvres drainante...

la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont pieds, jambes, dos, ventre, bras, mains.

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur les pieds, jambes, dos. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/17h30

Face postérieure : dos

Manœuvres sur dos : lissage, pétrissage, roulé africain, patte de tigre, friction.

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30

Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

2^{ème} partie face Antérieure : pieds, jambes, ventre, crâne.

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/17h30

Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE AMINCISSANT

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage AMINCISSANT. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage aminciissant
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage aminciissant
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage aminciissant

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, masseuses bien-être, personnes en reconversion

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage
huiles de massage
serviettes

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage AMINCISSANT :

- Théorie : définition de la cellulite
- Les différents types de cellulite
- La lipogénèse et lipolyse explication
- Les facteurs déclenchants
- Prévention et traitement
- Déroulement d'une séance complète (gommage, enveloppement)
- Protocole amincissant

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des mouvements palper rouler, battages, pétrissages, bec de canard, lissages...la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage. Les parties massées sont : les cuisses, le ventre, les bras. Suivant les zones cellulitiques.

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur les jambes, ventre

Application, les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30

Pause déjeuné

13h30/17h00

Déroulement d'une séance : gommage, massage, enveloppement amincissant.

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise du Certificat de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE ARGENTIN

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage ARGENTIN. Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage Argentin
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage Argentin
4. Maîtriser le protocole du massage Argentin

Pré-requis

Aucun pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticienne, masseur bien - être, personne en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage, huile...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

PREMIER JOUR : 9h00 - 9h30

ACCUEIL ET PRESENTATION

9H30 - 12h30 Présentation du modelage ARGENTIN

Le massage ARGENTIN est une tradition populaire hispanique, une évasion au rythme du tango Argentin. Il est recommandé aux personnes qui subissent les conséquences physique de la vie active moderne.

- épuisement, troubles du sommeil, charge mentale, stress mais aussi en cas de mauvaise posture, sédentarité, tensions musculaires. Il se compose de gestuelles variées et dynamiques, alternant les pressions appuyées aux manœuvres plus douces. Il permet un réel apaisement de l'esprit tout en favorisant la décontraction musculaire.

La gestuelle part des centres énergétiques, pour évacuer les tensions par les extrémités.

Les mouvements s'enchaînent dans une harmonie singulière entre le haut et le bas du corps

- Son origine
- Les bienfaits, les contre- indications
- Durée du modelage, rythme du massage
- Son coût
- Les huiles utilisées

Formation des binômes : FACE ANTERIEURE

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, gestes rythmés, gestes plus lents.

La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Ventre, buste on part des centres énergétiques pour évacuer les tensions par les pieds.

LE VENTRE / BUSTE

Prise de contact avec son massé

Ventre et buste. Le huilage. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30-13h30 PAUSE DEJEUNE

Face antérieure : jambes, pieds

Application par les stagiaires

Lissages écartés, rotation rotule et chevilles

SECOND JOUR : 9h - 9h30 PRESENTATION DU DEROULEMENT DE LA JOURNEE

9h30 - 12h30 **2^{ème} partie face postérieure** : dos et bras

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30 - 13h30 PAUSE DEJEUNE

13H30 - 15h Pratique des jambes et pieds face postérieure

3^{ème} partie : jambes et dos :

Les mouvements s'enchaînent dans une harmonie singulière entre le haut et le bas du corps

15h à 16h30 : les stagiaires font le massage dans son intégralité

16h30 - 17h Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE AYURVEDIQUE (Panchakarma)

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage AYURVEDIQUE. La science de l'ayurvéda et les différents doshas. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Connaître la définition du Massage Ayurvédique
2. Connaître les manœuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, professions libérales, personnes en reconversion, masseur bien-être

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Tables de massage, huiles...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 : Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage INDIEN issu de l'ayurvéda :

- Son origine : Techniques indiennes
- Science de l'ayurvéda et les différents doshas
- Dans quel but, à quelle fréquence
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Explication des manœuvres citées ci-dessus : la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Face postérieure : jambe / pied / dos

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur la jambe / pied :

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : Pause déjeuné

13h30/17h00

Face postérieure : dos

Explications des manœuvres citées ci-dessus

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30

Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision des manœuvres enseignées

2^{ème} partie face Antérieure : jambe / poitrine /visage

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : Pause déjeuné

13h30/17h00

Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE BALINAIS ET SON RITUEL

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage BALINAIS. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, personnes en reconversion

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative, travail en binôme, méthode active et participative, apprentissage des gestes et des postures pour un meilleur savoir faire

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage BALINAIS

Historique et théorie

Rituel (bain de pied avec du sel, gommage du pied)

Démonstration des différentes étapes du modelage.

Dans quel but, à quelle fréquence

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, frictions, percussions, étirements, la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : dos, jambes, pieds

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Découverte des manœuvres du dos

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 Pause déjeuné

13h30/17h00 Face postérieure : jambes et pieds

Découverte des manœuvres

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision des manœuvres enseignées

2ème partie face Antérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres pieds, jambes, ventre, bras, crâne/visage

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

Enveloppement, lissages.

Application

12h30/13h30 Pause déjeuné

13h30/17h00 Révision du modelage dans son intégralité

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE BENGALI

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage BENGALI. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Apprendre le massage Bengali
2. Maîtriser les manoeuvres et de bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, réflexologues, naturopathe, sophrologues, élèves de Cap, personnes en reconversion professionnelle.

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Tables de massage, huiles...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour 9h00 / 9h30 : Accueil - présentation

9h30 /12h30 : **THEORIE / PRATIQUE**

Présentation du modelage BENGALI :

- Son origine
- Les chakras
- Deux méridiens importants dans ce massage.
- Les bienfaits, les contre- indications
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, friction.

La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont ventre, bras, jambes, pieds

Face antérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur ventre, bras. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : **Pause déjeuné**

13h30/17h00 : **Face antérieure : jambes, pieds**

Manœuvres sur jambes, pieds

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 : Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30 : **2^{ème} partie face postérieure** : dos, bras, jambes, pieds.

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : **Pause déjeuné**

13h30/17h00 : Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE CRANIEN

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage CRANE. Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Ethéticiennes, personnes en reconversion professionnelles

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage, huile...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 / 12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage crâne le SHIRO ABHYANGA :

- Son origine / spécificité du massage
- Les bienfaits, les contre- indications
- Présentation de l'ayurvêda et des différents doshas
- Les différentes manœuvres : pressions glissées, frictions, mouvements circulaires...
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

On commence ce massage par un massage du dos/épaule/nuque

- Les différentes manœuvres
- Les stagiaires reproduisent les manœuvres

Massage du dos complet

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/16h30

Massage crâne :

Les différentes manœuvres

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

Second jour

9h00 / 9h30

Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision du massage dos et d'une partie du massage crâne

L'autre partie du massage crâne

Les différentes manœuvres

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00

Pause déjeuné

13h00/16h30

Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE ENFANTS

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage enfant. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Connaître la définition du massage enfant
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et les contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, élèves de CAP, professions libérales, personnes en reconversion

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage, huiles...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Programme DETAILLE

Premier jour : 9h00 / 9h30 Accueil – présentation

9h30 /12h30 **THEORIE / PRATIQUE**

Présentation du modelage enfant :

- Historique du massage / spécificités
- Les indications et contre-indications
- Les différentes manœuvres
- Dans quel but, à quelle fréquence
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des mouvements lissages, percussions...

La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : Le dos et jambes

Jambes, ventre, bras, visage

Prise de contact avec son massé

Démonstration et explication des manœuvres par la formatrice

Application, les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 Pause déjeuné

13h30/17h30 **Bilan** : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE FACIAL JAPONAIS

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage facial Japonais (KOBIDO).
Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, élèves de CAP, personnes en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage

Huile de massage

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30 THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage KOBIDO :

- Son origine

- Les mécanismes du vieillissement

- Les muscles du visage

- Les méridiens

- Les bienfaits, les contre- indications

- Durée du modelage

- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des

Effleurages glissés, pétrissages, battages, pressions et pincements, digito-pressions, étape énergétique méridiens et drainage.

On commence par détendre la personne avec des manœuvres au niveau du décolleté et cou.

Massage sur le visage en entier.

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Massage visage en entier

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Etape énergétique et drainage

Méridiens visage

Drainage simplifié du visage

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

Révision du modelage dans son intégralité

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h30/17h30 Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE SUEDOIS

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les supports théoriques du massage Suédois. Maîtriser les indications et les contres - indications de ce massage.

Compétences visées

1. Apprendre le massage suédois
2. Maîtriser les manœuvres et de bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticienne, particuliers, personnes en reconversion professionnelle, élève de CAP

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Fourni par le centre de formation

Moyens pédagogiques

- support de cours
- démonstration
- en présentiel
- Fiche d'évaluation
- contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

16 heures (3 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage CALIFORNIEN :

Historique et théorie

Démonstration des différentes étapes du modelage.

Dans quel but, à quelle fréquence

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, frictions, étirements, la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : dos, jambes, pieds

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Découverte des manœuvres du dos

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Face postérieure : jambes et pieds

Découverte des manœuvres

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision des manœuvres enseignées

2ème partie face Antérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres pieds, jambes, ventre, bras, crâne/visage

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

Enveloppement, lissages.

Application

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Révision du modelage dans son intégralité

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE VENTRE

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage Amazonien. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage. Adapté la posture à la morphologie du massé.

Compétences visées

1. Apprendre le massage du ventre
2. Apprendre les manœuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Apprendre la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, masseur bien-être, naturopathe

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage, huiles...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Démonstrative

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

9h00 / 9h30 : Accueil - présentation

9h30 /12h30 : **THEORIE / PRATIQUE**

- Son origine : (tradition mayas, la science de l'ayurvéda et les préceptes Chinois du Chi Nei Tsang
- Plexus solaire, étude des organes
- Dans quel but, à quelle fréquence
- Durée du modelage

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des mouvements circulaires, drainage, lissages, pétrissages, pressions, vibrations...la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

La partie massée est : le ventre

Prise de contact avec son massé

Démonstrations des manœuvres sur le ventre

Application, les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 : Pause déjeuné

13h00/16h30 : On finit le massage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE DE BIEN -ETRE

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques de la réflexologie plantaires. Savoir accueillir et proposer une séance de une heure de réflexologie plantaire de bien-être
Respecter les gestes et les rituels ancestraux liés à la technique.

Compétences visées

1. Connaître la définition de la réflexologie plantaire
2. Connaître les manœuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, élèves de CAP, personnes en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage, relax

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Sanction de la formation

Certificat de réalisation

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative

Durée

28 heures (4 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 Accueil - présentation

9h30 /12h30 THEORIE

Présentation de la réflexologie plantaire :

- Historique Méthode INGHAM
- Définition de la réflexologie plantaire
- La théorie des zones
- Les lignes repères
- Les bienfaits, les contre- indications
- Pour qui

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 PRATIQUE

Formation des binômes :

En pratique on commence par le pied droit

- La prise de contact
- Les techniques de relaxation
- Les techniques de bases du pouce

Anatomie du pied

Système endocrinien (théorie)

Localisation des zones réflexes sous les pieds

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

THEORIE

- Présentation du système musculaire et système nerveux (théorie)
- Localisations des zones réflexes sous les pieds
- La colonne vertébrale (pratique)

- Présentation du système lymphatique (théorie)

- localisation des zones réflexes sous les pieds (pratique)

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30

- Système digestif (théorie)
- Localisation des zones réflexes sous les pieds (pratique)

Troisième jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Système respiratoire (théorie)

Localisation des zones réflexes sous les pieds (pratique)

Système urinaire (théorie)

Localisation des zones réflexes sous les pieds (pratique)

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Révision de tous les systèmes en pratique

On commence la séance complète d'1 heure

Quatrième jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30 • Chaque stagiaire fait une séance complète d'1 heure

12h30 / 13h00 Pause déjeuner

13h00 / 17h30 Révision de la séance complète

Je leur donne quelques protocoles bien-être

Bilan : réactions / échanges

Remise de l'attestation de formation

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

AMMA ASSIS

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage AMMA ASSIS.
Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Aucuns

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Tout public

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Chaise ergonomique

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

Méthodes pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Durée

6 heures.

Programme

9h00 / 9h30 : Accueil - présentation

9h30 /12h30 : **THEORIE / PRATIQUE**

Présentation du modelage AMMA ASSIS :

- Historique du massage / spécificités
- Les indications et contre-indications
- Les différentes manœuvres
- Dans quel but, à quelle fréquence
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des mouvements lissages, pétrissages, pressions, balayages, frictions la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : le dos, bras, nuque, crâne.

Matériel : chaise ergonomique

Prise de contact avec son massé

Démonstration et explication des manœuvres par la formatrice

Application, les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : Pause déjeuné

13h30/17h30 : On finit le massage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage aux pierres chaudes.
Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Aucuns

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, personnes en reconversion professionnelle, élève de CAP, particuliers

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com



Méthodes pédagogiques

Démonstration

En présentiel

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Durée

16 heures (3 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 Accueil - présentation

9h30 /12h30

THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage AUX PIERRES CHAUDES :

Historique / spécificité du massage

Les bienfaits, les contre- indications

Les différentes manœuvres : effleurage, pressions, travail avec les pierres de Basalte

Posturologie

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Démonstration des techniques

La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont pieds, jambes, dos, ventre, bras, mains.

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur les pieds, jambes, dos. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30

Face postérieure : dos

Manœuvres sur dos : lissage, effleurage....

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

2ème partie face Antérieure : pieds, jambes, ventre.

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE CALIFORNIEN

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage californien. Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

CAP

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticienne, élève de CAP, personnes en reconversion professionnelle

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage, huile de massage,

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances

Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des

connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

Méthodes pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30 THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage CALIFORNIEN :

Historique et théorie

Démonstration des différentes étapes du modelage.

Dans quel but, à quelle fréquence

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, frictions, étirements, la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : dos, jambes, pieds

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Découverte des manœuvres du dos

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Face postérieure : jambes et pieds

Découverte des manœuvres

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision des manœuvres enseignées

2ème partie face Antérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres pieds, jambes, ventre, bras, crâne/visage

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

Enveloppement, lissages.

Application

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Révision du modelage dans son intégralité

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE LOMI-LOMI

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage LOMI-LOMI. Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Connaître le massage Lomi-Lomi
2. Connaître les manœuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications
4. Connaître la théorie de cette pratique
5. Connaître le protocole

Pré-requis

Aucuns

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Ethéticiennes, personnes en reconversion professionnelle, élève de CAP

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Table de massage, huiles...

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se

verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

Méthodes pédagogiques

Démonstrative

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30 : Accueil - présentation

9h30 /12h30 : **THEORIE / PRATIQUE**

Présentation du modelage LOMI-LOMI :

- Son origine
- Travail sur la fluidité du modelage
- Bien utiliser ses avant-bras et coudes
- Les bienfaits, les contre- indications
- Durée du modelage
- Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, lissages, pétrissages, étirements. La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont dos, jambes, pieds

Face postérieure :

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur le dos, bras, jambes, pieds. Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : **Pause déjeuné**

13h30/17h00 : **Face postérieure : jambes, pieds**

Manœuvres sur jambes, pieds :

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 : Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30 : **2^{ème} partie face Antérieure** : pieds, jambes, ventre, crâne.

Prise de contact avec son massé

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 : **Pause déjeuné**

13h30/17h30 : Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

FORMATION MASSAGE PERSONNES AGEES

But de la formation

Maîtriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage personnes âgées.
Maîtriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

CAP

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, professionnel de santé

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Tables de massage

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

Méthodes pédagogiques

Méthode démonstrative

Durée

7 heures (1 jour).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30 THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage personnes âgées :

Historique du massage / spécificités

Le vieillissement

Les effets physiologiques du vieillissement

Les mécanismes à l'origine du vieillissement

Les conséquences

Les indications et contre-indications

Les différentes manœuvres

Dans quel but, à quelle fréquence

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des mouvements lissages, doux et mobilisation des articulations. La position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : Les pieds, jambes, ventre, mains, nuque, visage, crâne. On peut aussi faire mettre le massé sur le côté pour masser le dos.

Prise de contact avec son massé

Démonstration et explication des manœuvres par la formatrice

Application, les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h30 Pause déjeuné

13h30/17h00 On finit le massage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

MASSAGE SINGAPOURIEN

But de la formation

Maitriser le protocole technique et les concepts théoriques du massage Singapourien.
Maitriser les indications et contre-indications de ce massage.

Compétences visées

1. Maîtriser le massage
2. Connaître les manoeuvres et les bases
3. Connaître les indications et contre-indications du massage
4. Connaître la théorie de la pratique
5. Maîtriser le protocole du massage

Pré-requis

Niveau CAP

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Esthéticiennes, personnes en reconversion professionnelle, élèves de CAP, particuliers

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maitrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Durée

14 heures (2 jours).

Programme

Premier jour

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h30 THEORIE / PRATIQUE

Présentation du modelage SINGAPOURIEN :

Son origine : ensembles de techniques réunissant les modelages Indou et Chinois et Malais

Dans quel but, à quelle fréquence

Durée du modelage

Son coût

Formation des binômes :

Les manœuvres comportent des enveloppements, pressions, lissages, frictions, étirements, mouvements rotatifs...la position du corps du masseur accompagne ses mains dans le déroulement du modelage.

Les parties massées sont : le dos, les pieds, le ventre, le crâne

Face postérieure : le dos modelage Chinois

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur le dos : pressions, lissages, palper rouler léger, mouvements circulaires.

Les stagiaires reproduisent les manœuvres

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Face antérieure : les pieds modelage Indou

Manœuvres sur chacun des pieds : lissages, pressions, rotations, torsions alternées.

Application par les stagiaires

Second jour

9h00 / 9h30 Accueil

Explication du déroulement de la journée

9h30/12h30

Révision des manœuvres enseignées

2ème partie face Antérieure : le ventre modelage Malais

Prise de contact avec son massé

Manœuvres sur le ventre : pressions légères, lissages, pompages, enveloppements.

Application les stagiaires reproduisent les manœuvres

Le crâne : modelage Indien

Enveloppement, pressions, lissages.

Application

12h30/13h00 Pause déjeuné

13h00/17h30 Pratique du modelage le participant reçoit et donne une séance complète du modelage

Bilan : mise en condition – pratique du modelage dans son intégralité

Réactions/échanges

Remise d'une attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

REHAUSSEMENT DE CILS

But de la formation

Acquérir une parfaite connaissance théorique et pratique des techniques : rehaussement de cils + teinture + mascara semi permanent.

Pré-requis

CAP esthétique

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Ethéticiennes

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100%

Équipements nécessaires

Matériel nécessaire à la pratique du rehaussement de cils

Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Démonstration
- En présentiel
- Fiche d'évaluation
- Contrôle continu des connaissances
- Attestation de fin de stage

Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, le stagiaire ayant démontré au formateur l'assimilation des connaissances et la maîtrise des techniques visées par les objectifs de la formation se verra remettre son attestation NOMINATIVE de fin de formation.

ARCOOP - Centre de formation des Collines

02 rue Camille Claudel
26100 ROMANS SUR ISERE
06 74 90 32 87
cf.des.collines@gmail.com

**Méthodes pédagogiques**

Méthode démonstrative

Durée

6 heures.

Programme

9h00 / 9h30

Accueil - présentation

9h30 /12h00

Théorie :

- Hygiène
- Contre- indications
- Composition du kit et des produits

Démonstration par la formatrice des techniques sur un ou plusieurs modèles vivants.
Les stagiaires reproduisent les techniques entre elles

12h00/13h00

Pause déjeuné

13h00/16h00

Chaque stagiaire pratique les techniques sur un ou deux modèles vivants

Bilan :

Réactions/échanges

Remise de l'attestation de Formation et protocole

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui



Programme de formation

AMELIORER MA COMMUNICATION AVEC LA VIDEO

But de la formation

Augmenter la communication avec la diffusion de vidéos de contenu attractives sur les réseaux sociaux

Compétences visées

1. Connaître les équipement nécessaires pour des vidéos de qualité
2. Savoir créer des scénarii et des sripts rapidement
3. Savoir réaliser un montage rapidement
4. Savoir se filmer face camera

Pré-requis

Aucun pré-requis n'est nécessaire.

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Responsable de la communication ou des ventes de l'entreprise

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 92 %

Équipements nécessaires

Matériel spécifique :

1 smartphone + trépied + Micro

Ordinateur portable

Liaison internet

Moyens pédagogiques

2 journées de formation en présentiel pour une mise en application immédiate

Sanction de la formation

Certificat de réalisation



Méthodes pédagogiques

Méthode pédagogique basée sur l'expérimentation réelle d'actions de communication digitale en lien avec les besoins de l'entreprise. Un temps de travail individuel permet de compléter les éléments acquis pendant la formation en présentiel.

Durée

10 heures (2 jours).

Programme

Journée 1

- **Matinée (3 heures)**
 - Introduction à la vidéo comme outil de vente
 - Importance de la vidéo dans le marketing moderne
 - Équipement nécessaire pour des vidéos de qualité
- **Après-midi (2 heures)**
 - Principes de base du montage vidéo
 - Introduction aux logiciels de montage
 - Exercices pratiques de tournage

Journée 2

- **Matinée (3 heures)**
 - Création de scénarios persuasifs
 - Techniques de narration efficaces
 - Tournage de vidéos de présentation
- **Après-midi (2 heures)**
 - Retours et vidéos
 - Intégration de la vidéo dans le parcours client
 - Création de vidéos publicitaires
 - Exercices pratiques

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

Programme de formation

Apprendre à tourner monter et publier des courtes vidéos avec son smartphone

But de la formation

Augmenter les ventes avec la diffusion de vidéos de contenu attractives sur les réseaux sociaux professionnels comme LinkedIn et à installer sur le site internet de l'entreprise

Compétences visées

1. Connaître matériel pour prise de vues
2. Faire des vidéos avec son smartphone
3. Monter les vidéos réalisées
4. Utiliser les vidéos pour les réseaux sociaux
5. Valoriser le travail sur internet

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Responsable de la communication ou des ventes de l'entreprise

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 100 %

Équipements nécessaires

Matériel spécifique :

1 smartphone + trépied + Micro

Ordinateur portable

Liaison internet

Moyens pédagogiques

3 journées de formation en présentiel pour une mise en application immédiate

Sanction de la formation

Certificat de réalisation



Méthodes pédagogiques

Méthode pédagogique basée sur l'expérimentation réelle d'actions de communication digitale en lien avec les besoins de l'entreprise. Un temps de travail individuel permet de compléter les éléments acquis pendant la formation en présentiel.

Durée

21 heures (3 jours).

Programme

Journée 1

- **Matinée**
 - Introduction à la vidéo comme outil de vente
 - Importance de la vidéo dans le marketing moderne
 - Équipement nécessaire pour des vidéos de qualité
- **Après-midi**
 - Principes de base du montage vidéo
 - Introduction aux logiciels de montage
 - Exercices pratiques de tournage

Journée 2

- **Matinée**
 - Création de scénarios persuasifs
 - Techniques de narration efficaces
 - Tournage de vidéos de présentation
- **Après-midi**
 - Retours et vidéos
 - Intégration de la vidéo dans le parcours client
 - Création de vidéos publicitaires
 - Exercices pratiques

Journée 3

- **Matinée**
 - Analyse des performances des vidéos
 - Utilisation des appels à l'action dans les vidéos
 - Optimisation des vidéos pour le référencement
- **Après-midi**
 - Utilisation des témoignages clients dans les vidéos
 - Promotion des vidéos sur les réseaux sociaux
 - Planification d'une campagne vidéo

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui



Programme de formation

Vendre mes prestations de service avec la vidéo

But de la formation

Augmenter les ventes avec la diffusion de vidéos de contenu attractives sur les réseaux sociaux professionnels comme LinkedIn et à installer sur le site internet de l'entreprise

Compétences visées

1. Connaître le matériel pour prise de vues
2. Faire des vidéos avec son smartphone
3. Monter les vidéos réalisées
4. Utiliser les vidéos pour les réseaux sociaux
5. Valoriser le travail sur internet

Pré-requis

Pas de pré-requis

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Responsable de la communication ou des ventes de l'entreprise

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 92 %

Équipements nécessaires

Matériel spécifique :

1 smartphone + trépied + Micro

Ordinateur portable

Liaison internet

Moyens pédagogiques

3 journées de formation en présentiel pour une mise en application immédiate

Sanction de la formation

Certificat de réalisation



Méthodes pédagogiques

Méthode pédagogique basée sur l'expérimentation réelle d'actions de communication digitale en lien avec les besoins de l'entreprise. Un temps de travail individuel permet de compléter les éléments acquis pendant la formation en présentiel.

Durée

21 heures (3 jours).

Programme

Journée 1

- **Matinée**
 - Introduction à la vidéo comme outil de vente
 - Importance de la vidéo dans le marketing moderne
 - Équipement nécessaire pour des vidéos de qualité
- **Après-midi**
 - Principes de base du montage vidéo
 - Introduction aux logiciels de montage
 - Exercices pratiques de tournage

Journée 2

- **Matinée**
 - Création de scénarios persuasifs
 - Techniques de narration efficaces
 - Tournage de vidéos de présentation
- **Après-midi**
 - Retours et vidéos
 - Intégration de la vidéo dans le parcours client
 - Création de vidéos publicitaires
 - Exercices pratiques

Journée 3

- **Matinée**
 - Analyse des performances des vidéos
 - Utilisation des appels à l'action dans les vidéos
 - Optimisation des vidéos pour le référencement
- **Après-midi**
 - Utilisation des témoignages clients dans les vidéos
 - Promotion des vidéos sur les réseaux sociaux
 - Planification d'une campagne vidéo

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui

ARCOOP

2 Rue Camille Claudel
BP 240
26106 Romans sur Isère cedex
04 75 23 53 45
arcoop@archer.fr



Programme de formation

MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX COMMUNIQUER ET MANAGER

But de la formation

Developper ses compétences relationnelles et managériales

Compétences visées

1. Se connaître soi-même et prendre conscience de son potentiel d'évolution
2. Optimiser la relation à soi et aux autres
3. Développer son leadership et améliorer sa communication
4. Gagner en efficacité professionnelle et en sérénité au travail

Pré-requis

Etre en situation de manager une/des équipe(s) ou des projets

Liste des référents

Référent administratif : Laurie MATHON

Référent pédagogique : François VERCOUTERE

Référent handicap : Catherine ROUXEL

Type de public

Dirigeant, manager, chef de projet, coordinateur

Taux de satisfaction des stagiaires ayant suivi cette formation : 90 %

Équipements nécessaires

Espace confidentiel

Paper board

Cahier pour prise de note

Moyens pédagogiques

Exercices en séances ou interséances

Photolangage

Référence à des vidéos, ouvrages ...

Sanction de la formation

Feuilles de présence

Entretien bilan de fin de formation
Certificat de réalisation

Méthodes pédagogiques

Programme et durée modulables et personnalisés. Entretien exploratoire pour identifier les besoins spécifiques du client.

A partir du vécu, des avancées et de la réalité du bénéficiaire, et tenant compte de ses objectifs de travail : analyse de pratique, proposition d'exercices, concepts théoriques et outils sur mesure. Méthode expérientielle et questionnement pour stimuler la réflexion, les plans d'action et les apprentissages. Ancrage de bonnes pratiques.

Espace confidentiel et mise en confiance de l'apprenant, acteur principal de sa formation.

Durée

21 heures (3 jours).

Programme

Développer la conscience de soi

Décoder le fonctionnement de ses relations à autrui pour une communication constructive

Renforcer sa posture et ses compétences managériales à partir de « qui je suis »

Mieux (re)connaître son stress pour mieux le réguler

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui