

CATALOGUE DE FORMATION



Aurélie MAURIN BERGEON
contact@ambcoform.fr
06 45 59 25 99



Consultante en efficacité professionnelle depuis 2018, j'accompagne toute personne ou structure souhaitant être plus performante et opérationnelle au quotidien.

L'humain reste au cœur de mes préoccupations, c'est pour cela que je privilégie toute méthode participative avec pour base les pratiques actuelles et établie mes programmes en fonction des attentes de chacun.

« La raison d'être d'une organisation est de permettre à des gens ordinaires de faire des choses extraordinaires »

(Peter Drucker)

B I E N V E N U E



INFORMATIONS



Formations en INTRA (sur site de l'entreprise)

Programmes sur-mesure

Nombre de personnes max : 8

Accompagnement en individuel possible

Tarifs des formations : A partir de 1000€/jr

Devis sur demande uniquement après l'étude du besoin

**Intervention sur toute la Gironde, Charente,
Charente Maritime**



Public

Managers

Collaborateurs

Personnes en recherche d'emploi



POUR LES MANAGERS

- 01** **Manager son équipe au quotidien**
- 02** **Animer une réunion participative**
- 03** **Mener les entretiens RH avec efficacité (professionnel, annuel d'évaluation, recrutement, retour d'absence, recadrage)**
- 04** **Anticiper et gérer les conflits dans son équipe**
- 05** **Accompagner le changement**



POUR TOUT PUBLIC (1)

06 Optimiser sa gestion du temps et son organisation

07 Prévenir et gérer son stress

08 Prendre la parole en public

09 Lâcher prise pour plus de sérénité

10 Développer sa confiance et son estime de soi

11 Communiquer et établir des relations positives au travail



POUR TOUT PUBLIC (2)

- 12** **Convaincre et persuader son auditoire**

- 13** **Trouver son équilibre entre sa vie personnelle et professionnelle**

- 14** **Télétravail : sachez optimiser votre organisation**

- 15** **Gestion des incivilités clients, apprendre à se préserver**

- 16** **Préparer sa retraite : s'approprier pleinement sa nouvelle vie**



PERSONNES EN RECHERCHE D'EMPLOI

17 Concevoir un CV percutant et préparer un entretien de motivation

18 Valoriser son image en entretien

19 Préparer un bilan de compétences (*prise en charge CPF possible*)



ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS

20 Coaching en Développement Personnel & Professionnel

Agir sur la performance de votre entreprise en intervenant sur celle de vos collaborateurs

Conjuguer COMPETENCES, MOTIVATION et EFFICACITE au travail ...

Coaching sur le site de l'entreprise ou à l'extérieur si besoin :

Pour tous collaborateurs, managers, gérants, auto-entrepreneurs.

Exemple de cas de coaching:

Travailler sa posture de manager

Réussir sa prise de poste

Améliorer sa communication interpersonnelle

Optimiser son efficacité professionnelle (gestion du temps, des priorités, organisation)

Apprendre à gérer son stress et prévenir le burn out

Favoriser une transition, un changement de cap

Équilibre vie privée – vie professionnelle