BRESSE
SYNERGIE
RÉSEAU DE FORMATION INTER-ENTREPRISES EN BRESSE DU NORD

2025
-26

CATALOGUE DE FORMATION

BRESSE SYNERGIE

- Formation réglementaire
- Formation métier
- Formation management

BIENVENUE

DANS LE RÉSEAU DE FORMATION INTER-ENTREPRISES EN BRESSE DU NORD

Dans un monde où les compétences évoluent rapidement, la **formation continue** est un levier essentiel pour rester performant, compétitif et attractif. Que ce soit pour assurer la conformité réglementaire, acquérir de nouvelles expertises ou améliorer le management, les formations que nous proposons avec des organismes reconnus et locaux sont conçues pour répondre aux besoins concrets des structures du territoire et de leurs collaborateurs.

POURQUOI CE CATALOGUE ?

Plusieurs entreprises de Pierre de Bresse ont décidé de mettre en place un catalogue de formation avec des offres mutualisées. Cette initiative, portée par Intermarché, Joly & fils et Tremplin, avec le soutien de plusieurs partenaires (MEDEF, 1 territoire 1 solution, 3 pas sur le côté, Bresse initiative, commune de Pierre de Bresse, Bresse Nord Intercom) répond aux objectifs suivants :

- **Un accès facilité aux formations :** un large choix de thèmes regroupés en un seul document.
- **Une mutualisation :** cette collaboration locale ouvre l'accès à des formations à moindre coût et limite les déplacements des collaborateurs. Autre avantage : un réseau se tisse progressivement sur le territoire grâce aux rencontres lors des formations !
- **Un renforcement des compétences :** avec une formation efficace, les salariés sont accompagnés dans l'évolution de leur métier.
- **Un ancrage local fort :** les formations sont dispensées sur le territoire de Pierre de Bresse pour dynamiser son économie en faisant intervenir des structures locales et en formant les talents d'aujourd'hui et de demain.

territoire solution

BRESSE INITIATIVE

BRESSE NORD INTERCOM

3 PAS SUR LE CÔTÉ

COMMENT ÇA MARCHE ?

Je suis une entreprise située en Bresse du Nord et j'identifie un besoin de formation

Je contacte Bresse Synergie

CAS N°1 // la formation n'est pas dans le catalogue

Je cherche une formation par mes propres moyens

D'autres entreprises ont un besoin de formation équivalent : Bresse Synergie peut nous accompagner dans la recherche et la mise en place de ce programme.

Seule mon entreprise est intéressée : je fais une recherche de formation par mes propres moyens.

CAS N°2 // la formation est dans le catalogue

J'adhère à Bresse Synergie

J'informe la coordinatrice de Bresse Synergie pour qu'elle inscrive mon salarié à la formation (maxi. 3 / entreprise)

Lorsque le groupe est complet, l'inscription est confirmée au formateur.

SI LE GROUPE N'EST PAS COMPLET, la formation est annulée.

Les formateurs gèrent le volet administratif en direct avec l'entreprise qui dépose sa demande de prise en charge auprès de son OPCO.

Jour J : la formation se déroule à Pierre de Bresse et le déjeuner est pris dans un restaurant de la commune (à la charge de l'entreprise).

Les formateurs facturent chaque entreprise.

Bresse Synergie reste à votre écoute pour d'autres projets de formation pour faire grandir votre entreprise.

*Programme conçu en 2025, avec l'accompagnement de **3 Pas sur le Côté**.*

SOMMAIRE

FORMATION RÉGLEMENTAIRE

Conduite : FIMO, CACES
Extincteur
Habilitation électrique : BS/BE/MANOEUVRE
Sauveteur secouriste du travail (SST)
Défibrillateur
Document unique d'évaluation des risques (DUER)

FORMATION MÉTIER

Actualité RH
Relation clients
Gestion de projet
Répondre à un appel à projets
Réseaux sociaux
Intelligence artificielle (IA)

FORMATION MANAGEMENT

Les bases du management
Management avancé
Gestion des conflits & émotions
Communication entre collègues
Savoir déléguer
Maîtriser son temps, gérer ses priorités
Piloter avec des routines (tableaux de bord, KPI)

LES ORGANISMES DE FORMATION

3 pas sur le côté fait grandir les organisations en accompagnant leur réflexion sur l'organisation du travail et des équipes. La méthode ? Partir de l'existant pour faire émerger les outils adaptés.
Contact : violaine@3passurlecote.fr / 06 76 88 26 33

Abskill est spécialiste des formations réglementaires et techniques. Avec une expertise reconnue, il accompagne les professionnels dans le développement de leurs compétences notamment techniques.
Contact : f.duchene@abskill.com / 06 07 48 54 83

ACPS est un organisme de formation basé en Saône-et-Loire, proche de Chalon-sur-Saône qui intervient en Bourgogne-Franche-Comté et régions voisines dans la santé et sécurité au travail. Les formations, labellisées par Qualiopi sont adaptées aux collaborateurs des entreprises ou à titre privé.
Contact : acpreventionsecurite@gmail.com / 03 85 47 87 65 / 06 62 65 44 16

Allure auto-école propose toutes les formations liées à la conduite : permis moto, auto mais aussi spécifiques comme le CACES notamment.
Contact : allure2000autoecole@outlook.fr / 06 25 19 32 37

APOR Formation, acteur régional de la formation professionnelle depuis 30 ans, propose des solutions adaptées aux réformes et aux enjeux de notre société, en s'appuyant sur des valeurs d'économie sociale et solidaire.
Contact : contact@apor-formation.fr / 03 85 58 71 72

Formation Pro by CCI, organisme de formation de la Chambre de Commerce et d'Industrie, propose des solutions aux entreprises pour recruter, former, faire évoluer et fidéliser leurs collaborateurs.
Contact : c.jouvenceau@mdb.cci.fr / 03 85 42 36 75

LE TARIF DES FORMATIONS PEUT ETRE AMENÉ A ÉVOLUER SELON LE NOMBRE D'INSCRITS

FORMATION RÉGLEMENTAIRE

Ces programmes permettent aux entreprises d'être en **conformité avec les exigences légales** et réglementaires en vigueur.

Elles assurent également la **sécurité** des employés et renforcent les bonnes pratiques en matière de prévention des risques.

CONDUITE

FIMO – FORMATION INITIALE MINIMUM OBLIGATOIRE

OBJECTIFS

- Se perfectionner à une conduite rationnelle axée sur les règles de sécurité.
- Connaître, appliquer et respecter les réglementations du transport ainsi que les règles relatives à la santé, la sécurité routière, la sécurité environnementale, le service et la logistique.

PROGRAMME

- Règles de sécurité et de conduite, applications en salle et sur engins
- Réglementation sociale et spécifique au transport
- Sensibilisation aux risques routiers et à la santé, à la sécurité routière et environnementale
- Notions économiques et d'image de marque

PRÉREQUIS

- Permis C, C1, C1E ou CE en cours de validité
- Avoir 21 ans minimum

DURÉE

140 heures (20 jours)

PRIX

2 250 € / personne

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Abskill

CONDUITE

CERTIFICAT D'APTITUDE À LA CONDUITE EN SÉCURITÉ CACES R482F ET R486

OBJECTIFS

Identifier les différents types de PEMP (plateformes élévatrices mobiles de personnes) et leurs caractéristiques
Identifier les principaux risques, interdictions et règles d'exploitation liées à l'utilisation des PEMP en entreprise
Vérifier l'état d'un PEMP et son adéquation aux opérations prévues en moins de 10 minutes
Utiliser en sécurité les PEMP pour les opérations de bases en entreprise
Énumérer les points de mise en sécurité et d'entretien du PEMP en fin de poste en moins de 5 minutes

PRÉREQUIS

- Avoir 18 ans minimum
- Aptitude médicale

DURÉE

14 h (2 jours) + 1 jour examen

PRIX

270 € / personne (groupe de 6)

PROGRAMME

- Théorie (règlementation, risques et sécurité selon les PEMP)
- Pratique (manœuvres, entretien, sécurité...)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

ALLURE AUTO ÉCOLE

SÉCURITÉ

UTILISER LES DIFFÉRENTS TYPES D'EXCTINCTEUR

Programme en cours de validation

OBJECTIFS

Développer la capacité d'analyse et la réactivité face à un feu ou à un risque chimique.
Savoir choisir le bon matériel et l'utiliser.

PRÉREQUIS

Ouvert à tous

DURÉE

à définir

PRIX

à définir

PROGRAMME

- Approche théorique du feu et des différents risques
- Présentation des matériels de secours
- Manipulation sur une aire dédiée
- Permis feu

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

organisme en cours de sélection

SÉCURITÉ

UTILISER UN DÉFIBRILLATEUR
GESTE DE PREMIER SECOURS

OBJECTIFS

Être en mesure d'identifier les signes de reconnaissance un arrêt cardiaque.
Le cas échéant, savoir réaliser les 3 gestes qui permettent d'augmenter les chances de survie.

PROGRAMME

- Approche théorique de l'arrêt cardiaque
- Manipulation du matériel et mises en situation

PRÉREQUIS

Ouvert à tous

DURÉE

2 h

PRIX

21 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Organisme en cours de sélection.

SÉCURITÉ

HABILITATION ÉLECTRIQUE BS • BE • MANOEUVRE

OBJECTIFS

Etre habilité pour effectuer des travaux d'ordre non électrique ou des manœuvres de disjoncteur dans des locaux d'accès réservé.
Effectuer des petits dépannages hors tension.

PROGRAMME

- Énoncer les risques d'accidents lors d'activité sur/au voisinage de l'énergie électrique;
- Transposer les règles exposées dans le cadre de son activité.
- Mettre en application les prescriptions de sécurité de la norme NF C18.
- Exécuter des opérations sur les ouvrages électriques et appareillages électroniques
- Adopter une conduite pertinente à tenir en cas d'accident d'origine électrique.
- Adapter ces prescriptions dans les domaines et les situations de l'entreprise.

PRÉREQUIS

- Avoir 18 ans
- Aptitude médicale
- Premières notions d'électricité

DURÉE & PRIX

- H0B0-BSBE - initial : 14 h (2 jours) : 234 € / personne (groupe de 6)
- H0B0-BSBE - recyclage : 10h30 (1,5 jour) 167 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

ACPS

SÉCURITÉ

SST – SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

OBJECTIFS

Intervenir efficacement face à une situation d'accident du travail en portant secours à la ou les victime(s).
Etre capable d'intervenir en toute sécurité sur une situation dangereuse sur le lieu de travail.
Connaître les bases de la prévention des risques professionnels, dans le respect de l'organisation et des procédures spécifiques de l'entreprise.

PROGRAMME

- Règlementation
- Cas pratiques pour protéger, examiner, alerter, secourir

Notions de risques professionnels et prévention

PRÉREQUIS

Ouvert à tous

DURÉE & PRIX

- SST initial : 14 h (2 jours)

150 € / personne (groupe de 8)

- Recyclage : 7 h (1 jour)

87,50 €/ personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

ACPS

SÉCURITÉ

UTILISER UN DÉFIBRILLATEUR
GESTE DE PREMIER SECOURS

Formation dans l'entreprise

OBJECTIFS

Être en mesure d'identifier les signes de reconnaissance un arrêt cardiaque.
Le cas échéant, savoir réaliser les 3 gestes qui permettent d'augmenter les chances de survie.

PROGRAMME

- Approche théorique de l'arrêt cardiaque
- Manipulation du matériel et mises en situation

PRÉREQUIS

Ouvert à tous

DURÉE

2 h

PRIX

21 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

ACPS

SÉCURITÉ

DUER – DOCUMENT UNIQUE D'ÉVALUATION DES RISQUES

Programme en cours de validation

OBJECTIFS

Connaitre les obligations légales liées à la sécurité.
Identifier les risques dans l'entreprise.
Rédiger un plan de prévention et utiliser le DUER comme outil de pilotage.
Établir un plan de prévention et un suivi constant.

PROGRAMME

- Rappel réglementaire
- Notion de risque
- Méthode d'élaboration du DUER avec une approche globale de l'entreprise
- Cartographie du suivi à mettre en œuvre

PRÉREQUIS

Ouvert à tous

DURÉE

à définir

PRIX

à définir

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

organisme en cours de sélection

FORMATION MÉTIER

Ces formations ont pour objectif de développer les **compétences techniques** et professionnelles des salariés pour qu'ils soient à l'aise dans leur poste en s'adaptant aux évolutions du marché et des technologies.

Elles permettent aux entreprises d'**optimiser la performance de leurs équipes au quotidien** et d'anticiper les besoins futurs en compétences.

ACTUALITÉ RH

SUIVRE LES ÉVOLUTIONS DES PRATIQUES EN RESSOURCES HUMAINES

Programme en cours de validation

OBJECTIFS

Appréhender les nouvelles obligations et les nouveaux droits.
Se tenir au fait des évolutions des pratiques.

PROGRAMME

A définir précisément en fonction de l'actualité dans le secteur des ressources humaines.

PRÉREQUIS

aucun

DURÉE

à définir

PRIX

à définir

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

organisme en cours de sélection

RELATION CLIENTS

ACCUEILLIR, CONSEILLER ET FIDÉLISER EN MAGASIN

OBJECTIFS

Maîtriser les relations commerciales.
Véhiculer une image positive de sa structure.
Savoir prendre en charge une demande client.
Fidéliser.

PROGRAMME

- Méthodes pour transmettre une image positive
- Prise en compte des clients
- Techniques pour recevoir un appel et répondre à une demande
- Déroulement d'une vente
- Techniques de fidélisation

PRÉREQUIS

Disposer d'une première expérience de la vente ou d'une formation commerciale.

DURÉE

14 h (2 jours)

PRIX

470 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

PROJET

GESTION DE PROJET

OBJECTIFS

S'approprier outils et connaissances pour manager un projet.
Analyser, définir les objectifs d'un projet.
Structurer, planifier, animer une équipe et suivre le projet.

PROGRAMME

- Les incontournables du management de projet
- Cadrage de projet, conduite, suivi, évaluation
- Approche financière
- Lien entre projet et qualité : management de projet, communication, gestion du temps, reporting
- Conduite du changement associé à la gestion de projet

PRÉREQUIS

Première expérience en pilotage de projet.

DURÉE

28 h (4 jours)

PRIX

950€ / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

PROJETS

COMMENT RÉPONDRE À UN APPEL À PROJET

OBJECTIFS

Maîtriser les points clés de la réponse à un appel d'offres
S'entraîner à répondre par voie électronique
Mettre en place une veille efficace
S'informer sur les exigences nouvelles du code des marchés publics

PROGRAMME

- Mieux comprendre le nouveau contexte des marchés publics et privés
- Mettre en place une veille commerciale automatisée
- Savoir décrypter un cahier des charges
- Répondre à l'appel d'offres
- Les règles de réponse électronique
- Se doter d'outils et connaître les astuces de la dématérialisation

PRÉREQUIS

Aucun

DURÉE

7 h (1 jour)

PRIX

550 € /personne (groupe de 3)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

RÉSEAUX SOCIAUX

LES RÉSEAUX SOCIAUX POUR UN USAGE PROFESSIONNEL

OBJECTIFS

Connaitre les différents réseaux sociaux et comprendre leur utilité pour communiquer à des fins professionnelles.
Savoir réaliser des publications simples.

PROGRAMME

- La place des réseaux sociaux dans la communication globale d'une entreprise
- Présentation comparative des réseaux sociaux et des cibles : Facebook, Instagram, Linkedin
- Ateliers de création de publications sur Facebook et Linkedin.
- Temps d'échange – questions / réponses

PRÉREQUIS

- Savoir utiliser un ordinateur
- Maîtriser la navigation sur Internet

DURÉE

7 h (1 jour)

PRIX

250 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

3 Pas sur le Côté

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

DÉBUTEZ AVEC CHATGPT

OBJECTIFS

Utiliser les fonctions de base de ChatGPT.
Formuler des requêtes précises pour obtenir des résultats optimaux.

PROGRAMME

- Bases de l'Intelligence Artificielle
- Prise en main de ChatGPT : utilisation des fonctions de base de ChatGPT
- Création de prompts : technique, mise en situation, analyse

PRÉREQUIS

- Savoir utiliser un ordinateur
- Maîtriser la navigation sur Internet

DURÉE

7 h (1 jour)

PRIX

190 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

APOR

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

BOOSTEZ LA PRODUCTIVITÉ AU TRAVAIL GRÂCE À L'IA

OBJECTIFS

Automatiser des tâches et optimiser des process.
Utiliser l'IA pour analyser des données et prendre des décisions.
Améliorer gestion du temps et organisation.

PROGRAMME

- Exploration dynamique de l'IA et de ses applications en milieu professionnel
- Optimisation de la gestion des tâches et de l'information grâce à l'IA
- Sécurité, éthique et limitations de l'IA au travail

PRÉREQUIS

- Savoir utiliser un ordinateur
- Maîtriser la navigation sur Internet

DURÉE

14 h (2 jours)

PRIX

350 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

APOR

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

RÉVOLUTIONNEZ VOTRE ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

OBJECTIFS

Automatiser des tâches et optimiser des process.
Utiliser l'IA pour analyser des données et prendre des décisions.
Améliorer gestion du temps et organisation.
Appliquer les usages à des cas réels.

PROGRAMME

- Exploration dynamique de l'IA et de ses applications en milieu professionnel
- Optimisation de la gestion des tâches et de l'information grâce à l'IA
- Sécurité, éthique et limitations de l'IA au travail
- Mise en application concrète en ateliers.

PRÉREQUIS

- Savoir utiliser un ordinateur
- Maîtriser la navigation sur Internet

DURÉE

21 h (3 jours)

PRIX

475 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

APOR

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

UTILISEZ QUOTIDIENNEMENT L'IA EN ENTREPRISE

OBJECTIFS

Automatiser des tâches et optimiser des process.
Utiliser l'IA pour analyser des données et prendre des décisions.
Améliorer gestion du temps et organisation.
Stimuler innovation et créativité.

PROGRAMME

- Exploration dynamique de l'IA et de ses applications en milieu professionnel
- Travail de la créativité
- Optimisation de la gestion des tâches et de l'information grâce à l'IA
- Sécurité, éthique et limitations de l'IA au travail

PRÉREQUIS

- Savoir utiliser un ordinateur
- Maîtriser la navigation sur Internet

DURÉE

35 h (5 jours)

PRIX

690 € / personne (groupe de 8)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

APOR

FORMATION MANAGEMENT

Ces sessions s’adressent aux cadres et managers désireux d’améliorer leur posture, leur communication, leur **leadership** et leur **gestion d’équipe**.

Ces formations les aident à mieux encadrer, motiver et accompagner leurs collaborateurs dans un **cadre professionnel efficace et bienveillant**.

MANAGEMENT

LES BASES DU MANAGEMENT

OBJECTIFS

Mettre en oeuvre un management opérationnel efficace et en lien avec les évolutions générationnelles.
Être en mesure d'aborder et de gérer des situations relationnelles difficiles.
Savoir préparer, animer et assurer le suivi de réunions.

PROGRAMME

- Développer sa posture de manager
- Motiver son équipe
- Accompagner l'évolution des compétences collectives et individuelles
- Adapter son management
- Les réunions comme outil de management
- Les plans d'action

PRÉREQUIS

Avoir une équipe à encadrer.

DURÉE

21 h (3 jours)

PRIX

700 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

MANAGEMENT AVANCÉ

OBJECTIFS

Savoir adapter son management : identifier les forces de caractère des collaborateurs et prendre conscience de leurs schémas mentaux pour mettre en œuvre un leadership ouvert et adaptatif, au service des objectifs de l'entreprise.

PROGRAMME

- Accueillir et inclure
- Se connaître à travers ses forces
- Transformer son management en leadership authentique

PRÉREQUIS

Occuper une fonction managériale ou de chef de projet.

DURÉE

7 h (1 jour)

PRIX

250 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

GESTION DES CONFLITS & ÉMOTIONS

OBJECTIFS

Mieux comprendre les vrais enjeux derrière nos émotions et derrière les conflits.
Savoir en sortir avec des outils concrets et facilement utilisables.

PROGRAMME

- Un conflit : c'est quoi et pourquoi ça arrive ?
- L'explication des conflits avec le triangle dramatique
- Le rôle des émotions dans les conflits
- L'outil CNV (Communication Non Violente) et le feedback pour sortir du conflit.

PRÉREQUIS

Ouvert à toute personne soucieuse de mieux appréhender les conflits avec ses collègues ou dans un cadre managérial.

DURÉE

7 h (1 jour)

PRIX

300€ / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

3 Pas sur le Côté

COMMUNICATION ENTRE COLLÈGUES

OBJECTIFS

Acquérir les outils qui permettent d'accroître son efficacité relationnelle.

PROGRAMME

- Se connaître grâce au regard des autres
- Définir sa personnalité et ses ressorts internes
- Saisir le mode de fonctionnement des autres et se positionner (manager, collaborateurs, clients)
- S'affirmer avec souplesse

De nombreuses mises en situation sont proposées au fil de la formation.

PRÉREQUIS

Aucun

DURÉE

14 h (2 jours)

PRIX

470 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

ORGANISATION

SAVOIR DÉLÉGUER & DÉVELOPPER L'AUTONOMIE

OBJECTIFS

Mettre en œuvre les techniques de la délégation
Créer les conditions favorables pour responsabiliser
Déléguer et développer l'autonomie

PROGRAMME

- Tirer profit des avantages de la délégation
- Mettre en œuvre une démarche rigoureuse de délégation
- Structurer ses entretiens de délégation
- Réussir ses entretiens de délégation
- Assurer le suivi et évaluer la délégation

PRÉREQUIS

Manager une équipe.

DURÉE

14 h (2 jours)

PRIX

470 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

ORGANISATION

MAITRISER SON TEMPS ET GÉRER SES PRIORITÉS

OBJECTIFS

Faire le point sur son organisation personnelle
Améliorer son efficacité par une remise en cause de ses habitudes
Maîtriser les outils pour mieux gérer son temps de travail

PROGRAMME

- Analyser son organisation personnelle pour identifier les dysfonctionnements éventuels
- Mettre en place un contrat de changement
- Appliquer les méthodes et les outils de l'organisation et de la gestion de temps

PRÉREQUIS

Disposer d'une marge d'autonomie suffisante dans l'organisation de son travail

DURÉE

14 h (2 jours)

PRIX

470 € / personne (groupe de 6)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

Formation Pro by CCI

ORGANISATION

PILOTER AVEC DES ROUTINES TABLEAUX DE BORD & KPIS

OBJECTIFS

Revigorer vos temps collectifs : planifier et mettre en place des rituels de réunions d'équipe impactantes, innovants, et dynamiques, et qui transmettent les bonnes informations.

PROGRAMME

- Définir ses objectifs et ses indicateurs
- Comprendre ce qu'est la communication
- Découvrir les neurosciences : comment notre cerveau retient-il les informations ?
- Construire le rituel adapté à votre besoin et contexte
- Planifier les rituels
- Construire les règles d'animation.

Tous ces points sont travaillés sur votre situation réelle.
Vous repartez avec des outils clés en main!

PRÉREQUIS

Organiser et animer des rituels d'équipe.
Souhaiter améliorer la communication dans une équipe.

DURÉE

7 h (1 jour) + 1 h de suivi en visio a posteriori

PRIX

500 € / personne (groupe de 4)

INSCRIPTION AUPRÈS DE BRESSE SYNERGIE

06 85 75 06 54

contact@bresse-synergie.fr

FORMATION PROPOSÉE PAR

3 Pas sur le Côté

BRESSE
SYNERGIE
RÉSEAU DE FORMATION INTER-ENTREPRISES EN BRESSE DU NORD

2025
-26

CATALOGUE DE FORMATION

BRESSE SYNERGIE

Formations proposées
à partir de l'automne 2025

Dates & détail auprès de Bresse Synergie :

06 85 75 06 54
contact@bresse-synergie.fr

www.bresse-synergie.fr

©photos : Bresse Synergie // catalogue créé par Bresse Synergie, 3 pas sur le côté, La Plume