

# PRATIQUES & FORMATION

FORMATIONS EN SANTÉ MENTALE

# CATALOGUE DES FORMATIONS

EDITION 2022

Référentiel National Qualité

Audité par  
**BUREAU VERITAS**  
Certification



**Qualiopi**  
processus certifié  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie suivante : actions de formation.



**LES AILES  
DÉPLOYÉES**

ASSOCIATION D'AIDE À LA SANTÉ MENTALE



# PREAMBULE

**Pratiques et Formation**, l'organisme de formation de l'association Les ailes déployées, propose une offre de formations à destination de ses salariés, mais également des publics extérieurs.

Elle se décline actuellement autour de trois axes :

- La santé mentale
- L'informatique
- Le management

Les formations sont organisées en fonction :

- Du plan de développement des compétences de l'association Les ailes déployées
- Des objectifs stratégiques des établissements ou services
- De la veille sur des actions prioritaires de l'HAS ou de l'OPCO Santé

**En 2021, nous avons organisé 3 formations et formé 29 stagiaires avec 97 % de satisfaction.**

Nous pouvons également proposer des formations "sur mesure" afin de répondre au plus près à vos besoins.

Vous souhaitez en savoir plus ? Contactez-nous !

**Marie-Jeanne Ferreux**

Responsable formation de l'association Les ailes déployées

[mj.ferreux@lad.fr](mailto:mj.ferreux@lad.fr)

T : 06 19 72 71 52

---

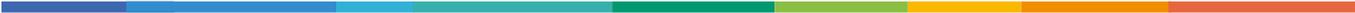
**L'association Les ailes déployées** est une association reconnue d'intérêt général, créée en 1959 par le Docteur Jolivet. Elle rassemble des structures sanitaires, médico-sociales et de formation en Ile-de-France. Elle accueille chaque année plus de 1 200 personnes vivant avec des troubles psychiques, ou en situation de handicap psychique ou mental, et les accompagne dans les soins, l'insertion, l'habitat et l'emploi. Son organisme de formation, **Pratiques et Formation**, forme les professionnels.

Pour en savoir plus : [www.lad.fr](http://www.lad.fr)



# SOMMAIRE

<b>FORMATIONS EN SANTE MENTALE</b>	<b>p.5</b>
Accompagner les personnes en situation de handicap psychique au quotidien	p.6
La souffrance psychique en ESAT	p.8
La gestion de l'anxiété chez l'adolescent	p.10
Première approche en TCC	p.12
Programme d'initiation aux TSA et Asperger	p.14
Première approche en hypnose conversationnelle	p.16
Sensibilisation à l'approche systémique de Palo Alto	p.18
Sensibilisation à l'ethnopsychiatrie	p.20
Approche transculturelle de la maladie	p.22
Gestion du stress	p.24
La bienveillance	p.26
La communication non violente	p.28
<b>FORMATIONS EN MANAGEMENT</b>	<b>p.31</b>
Bien savoir animer les réunions pour favoriser la QVT	p.32
Bien savoir recruter et intégrer un collaborateur	p.34
La démarche de médiation comme outil de gestion des conflits	p.36
Manager son équipe à distance	p.38
Atelier de co-développement	p.40
Développer la cohésion et la coopération au sein des équipes	p.42
Le management inclusif	p.44
Le positionnement du cadre intermédiaire	p.46
<b>FORMATIONS EN INFORMATIQUE</b>	<b>p.49</b>
Initiation à l'informatique	p.50
Word débutant	p.52
Word intermédiaire	p.54
Excel intermédiaire	p.56
Excel avancé	p.58



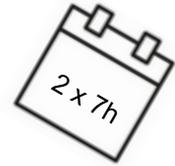
# **Formations en santé mentale**

**SUR SITE**

## Soutenir et accompagner des personnes en situation de handicap psychique au quotidien

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Acquérir des connaissances généralistes concernant le handicap psychique pour mieux l'appréhender dans l'accompagnement global du patient.
- Adapter sa communication, sa posture professionnelle face à un patient souffrant de troubles psychiques.
- Connaître les différents troubles du comportement associés à certains troubles psychiques pour s'adapter d'une façon bienveillante.

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès des personnes en situation de handicap psychique

### Programme :

#### Approche Théorique : les bases de la connaissance sur les troubles psychiques

- Les troubles psychiques : les représentations communes et les stéréotypes autour de la psychologie et de la psychiatrie
- Définitions et différences du handicap psychique et mental
- Les différentes structures de personnalités
- Les différents troubles psychiques en lien avec la psychose, les états limite, la névrose, les perversions (tableau clinique)
- Approche psychopharmacologique des troubles psychiques : traitements (bénéfices/effets secondaires) et approche thérapeutique du soin global (thérapies)
- Compréhension et repérage des symptômes spécifiques provoquant des troubles du comportement

#### Approche pratique du terrain professionnel : l'accompagnement d'une personne en situation de handicap psychique

- Les techniques de communication spécifiques en fonction du trouble psychique :
- La communication verbale avec une dominance des techniques d'écoute et d'entretiens

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs

- La communication non-verbale avec une dominance des techniques d'observation

Présentation de différents outils à visée de la pratique de la bienveillance professionnelle (partenariat, réseaux, famille, projet de vie, ateliers) avec un focus sur la notion de secret professionnel, partagé et confidentialité

#### **La gestion pratique des situations rencontrées comme les troubles de la conduite et des comportements**

- Repérage et évaluation des troubles de la conduite et des comportements
- Analyse et solutions de mise en place en équipe face aux troubles de la conduite et des comportements
- Prise en considération des ressentis des professionnels face à leurs difficultés d'accompagnement au quotidien

#### **Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles, études de situations cliniques, travaux de groupe

pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

#### **Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

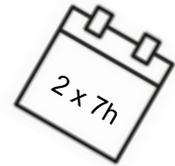
#### **Intervenante :**

Aline Nativel Id Hammou  
psychologue clinicienne et  
psychothérapeute

## La souffrance psychique en ESAT

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Comprendre les notions de souffrance psychique, de maladie psychique, de handicap psychique
- Réfléchir à nos propres représentations de la maladie psychique et à la souffrance occasionnée chez les bénéficiaires afin de mieux les écouter et comprendre leurs difficultés
- Comprendre la spécificité du handicap psychique en comparaison avec les déficiences mentales et intellectuelles
- Retracer l'histoire de la maladie psychique et des ESAT afin d'avoir une culture historique de l'évolution des prises en charge
- Permettre à l'ensemble des professionnels une prise de recul par rapport aux situations rencontrées pour avoir une vision plus claire de leurs métiers et des objectifs de l'institution

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès de jeunes ayant des manifestations anxieuses ou des troubles anxieux

### Programme :

#### Approche Théorique : Approche de la souffrance psychique

- D'où viennent nos bénéficiaires ? Réflexions sur l'impact de l'environnement psychoaffectif inaugural (la famille) sur l'identité psychologique
- Les objectifs de l'ESAT. Analyse des missions de l'établissement et réflexions collectives sur la possibilité de les aménager au mieux pour recevoir le bénéficiaire en situation de handicap psychique
- Le vécu individuel et collectif de la maladie psychique et son impact au quotidien (situations aiguës, situations chroniques)
- Positionnement des soignants (importance de l'éprouvé contre-transférentiel, de la verbalisation des colères, de l'élaboration autour de vécus émotionnels bruts en résonance avec l'histoire de vie et la souffrance des bénéficiaires)

**Approche pratique du terrain professionnel : Etudes de cas cliniques, jeux de rôle par le biais du psychodrame analytique de groupe, études de vidéos et débrief de groupe sur les situations projetées**

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie, d'échanges avec les participants sur leurs pratiques et de méthodes pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

- Implication dans le groupe de travail
- Réflexions communes autour des solutions thérapeutiques à déployer
- Analyse des situations cliniques / mise en situation

**Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Développer ses compétences en communication
- Analyser ses pratiques professionnelles à partir d'un temps théorique et d'un temps clinique

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

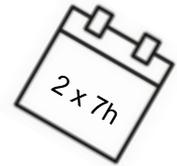
Joseph AGOSTINI

Psychologue clinicien, spécialisé en psychotraumatologie et formé au psychodrame analytique individuel et groupal

## Accompagnement de l'anxiété chez les enfants et les adolescents

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Acquérir des connaissances concernant l'anxiété et les troubles anxieux (troubles anxieux généralisé, anxiété sociale, anxiété de performance...)
- Repérer et différencier les différentes formes cliniques du stress et de l'anxiété afin de proposer une prise en charge adaptée
- Maîtriser des outils pratiques et concrets pour accompagner les enfants et adolescents face à l'anxiété

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès de jeunes ayant des manifestations anxieuses ou des troubles anxieux

### Programme :

#### Approche Théorique : les troubles anxieux

- Le concept d'anxiété et les troubles anxieux (zoom sur l'anxiété généralisée, l'anxiété sociale et l'anxiété de performance)
- L'anxiété, l'angoisse et le stress, quelle différence ?
- Les manifestations de l'anxiété normale et pathologique : tableaux cliniques
- Les causes et conséquences de l'anxiété
- Les spécificités de l'anxiété chez l'enfant et l'adolescent
- Les prises en charges de l'anxiété recommandées chez les enfants et les adolescents

#### Approche pratique du terrain professionnel : l'accompagnement d'un jeune anxieux

- Identifier les symptomatologies liées à l'anxiété
- Comprendre comment l'anxiété s'exprime (études de cas)
- Appréhender les facteurs de risques et de maintiens de l'anxiété dans l'environnement de l'enfant
- Travailler les ressources psychologiques de l'enfant
- Accompagner le jeune à identifier les pensées anxieuses et à les traverser
- Les méthodes cognitives : la restructuration cognitive ou comment des développer des pensées alternatives

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie, d'échanges avec les participants sur leurs pratiques et de méthodes

- Les méthodes émotionnelles : l'acceptation émotionnelle
- Se positionner en soutien et en personne ressource : les attitudes professionnelles

Présentation d'études de cas concrets et de différents outils pour l'accompagnement de l'enfant de l'adolescent anxieux.

**Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Acquérir des méthodes d'accompagnements adaptées aux enfants et aux adolescents
- Analyser ses pratiques professionnelles

pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

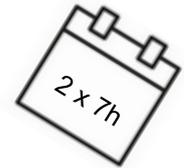
Morgane Montévil

Psychologue clinicienne et psychothérapeute spécialisée dans l'accompagnement de l'enfant et de l'adolescent

## Première approche en thérapie cognitive et comportementale (TCC)

### Prérequis :

- Connaissances en psychopathologie.



### Objectifs :

- Perfectionner ses pratiques avec les apports concrets des TCC
- Apprendre à structurer ses propositions thérapeutiques et à construire un accompagnement
- Savoir repérer dans quel contexte proposer un accompagnement d'orientation TCC
- Introduire des outils de TCC dans sa pratique
- Transmettre aux bénéficiaires des outils concrets issus des TCC

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Médecin, psychologue, IDE.

### Programme :

#### Les principes clef de l'approche cognitivo-comportementale :

- Repères théoriques
  - Origines, principes, processus
  - La notion d'apprentissage
- Les différents modèles
  - Le modèle comportemental
  - Le modèle cognitif
  - La 3<sup>ème</sup> vague des TCC, le modèle émotionnel

#### L'analyse fonctionnelle:

- le comportement problème
- les boucles interactionnelles comportement/cognitions/émotions
- les variables explicatives
- les aspects diachroniques : le problème dans l'histoire du patient
- les aspects synchroniques : le problème ici et maintenant

#### L'entretien motivationnel :

- La relation informative, collaborative et éducative

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Apports théoriques, cas pratiques, mises en situation, échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisée.

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

- Le déroulement de la séance : feed-back, objectif de séance, assignation de tâches
- Typologies d'interventions

**Les techniques de communication :**

- Initiation à:la posture et aux techniques de base : approche rodgerienne, méthode des 4 R, questionnement socratique

**Les outils pratiques en TCC :**

- Les exercices en TCC
- Motiver le patient à faire les exercices proposés
- La reprise des exercices

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenant :**

Katia Polihezsko, psychologue clinicienne, attachée de cours à l'université, formatrice.

**Les plus :** interactivité ++, entraînements ++, travail à partir de cas pratiques des professionnels, études de situations, travaux de groupe, transmission en sus du livret pédagogique, de fiches pratiques sur les techniques de TCC afin de se constituer une « boîte à outils ».

## Initiation aux TSA et syndrome d'Asperger

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis

### Objectifs :

- Acquérir des connaissances généralistes concernant les troubles du spectre de l'autisme et du fonctionnement asperger pour mieux les appréhender.
- Adapter sa communication et sa posture professionnelle face à un résident ayant un TSA.

### Programme :

#### Approche Théorique : la base des connaissances sur les troubles du spectre de l'autisme et du fonctionnement asperger

- Cadre conceptuel et historique des TSA
- Définitions et tableaux cliniques des TSA
- La symptomatologie des autismes de hauts niveaux et du fonctionnement asperger

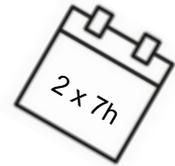
#### Approche pratique du terrain professionnel : l'accompagnement d'une personne TSA

- Les techniques de communication spécifique en fonction du trouble : adapter sa communication verbale et non verbale
- Les méthodes comportementales : ABA / TEACH / PECS
- L'environnement comme facteur principal d'adaptation
- L'adaptation sociale et les habiletés sociales

Présentation d'études de cas concrets et de différents outils à visée de la pratique de la bienveillance professionnelle

#### La gestion pratique des situations rencontrées comme les troubles de la conduite et des comportements

- Comprendre les besoins individuels d'un TSA à travers une grille de lecture
- Prise en considération des ressentis des professionnels face à leurs difficultés d'accompagnement au quotidien



**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès des personnes ayant un trouble du spectre de l'autisme

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

**Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles, études de situations cliniques, apports de méthodes professionnelles et d'attitudes professionnelles adaptées

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

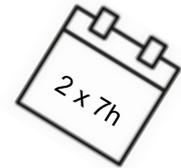
Morgane Montévil

Psychologue clinicienne et psychothérapeute

## Première approche en hypnose conversationnelle

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Perfectionner ses pratiques avec les apports concrets de l'hypnose conversationnelle
- Favoriser l'alliance thérapeutique et la compliance
- Savoir repérer dans quel contexte utiliser l'hypnose conversationnelle
- Introduire des techniques de communication hypnotique dans sa pratique
- Développer sa flexibilité en situation d'entretien

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès des personnes en situation de handicap psychique

### Programme :

#### Qu'est-ce que l'hypnose ? :

- Définition et repères historiques
- Hypnose formelle/hypnose conversationnelle
- Hypnothérapie, hypno analgésie
- Représentations sur l'hypnose : le cas de l'hypnose de spectacle
- Les contre-indications à la pratiques
- Le cadre juridique

#### La communication hypnotique:

- Les différents canaux de communication
- La synchronisation, le pacing
- Techniques spécifiques en communication hypnotique : le saupoudrage, l'utilisation de la négation, le choix illusoire, la confusion, « être artistiquement flou », les mots de liaison, le « yes-set », simples liens, doubles liens...

#### Hypnose conversationnelle :

- Une hypnose sans hypnose, comment et pourquoi ?

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Apports théoriques, cas pratiques, mises en situation, échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisée.

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

- La suggestion en hypnose : directe, indirecte, contournante, liée au temps...
- La suggestion post hypnotique
- Les métaphores
- Typologies d'interventions

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenant :**

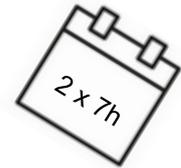
Katia Polihezsko, psychologue clinicienne, attachée de cours à l'université, formatrice.

**Les plus :** interactivité ++, entraînements ++, travail à partir de cas pratiques des professionnels, vignettes cliniques, travaux de groupe, vidéo de séances

## Sensibilisation à l'approche systémique de Palo Alto

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Perfectionner ses pratiques avec les apports concrets de l'école systémique de Palo Alto
- Porter un regard interactionnel systémique sur les situations professionnelles
- Modéliser (représenter) les situations complexes rencontrées afin de définir des interventions
- S'entraîner à des stratégies interactionnelles

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès des personnes en situation de handicap psychique

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

### Méthodes et modalités d'évaluation :

### Programme :

#### Les principes clés de l'approche systémique :

- La systémie dans le champ des connaissances.
  - Notions de système, sous-systèmes, interactions, équilibre.
- La question de la normalité,
  - La notion d'objectif, le lien autonomie et apprentissage, le processus décisionnel, le rapport d'un individu à son environnement, la place et la posture des professionnels.

#### L'approche interactionnelle systémique des troubles psychiques, mentaux :

- les boucles de perception/réaction,
- les tentatives de solutions inopérantes,
- les influences de la cybernétique et du constructivisme

#### Les apports concrets de l'école de Palo Alto aux pratiques de prise en charge :

- Recadrages, définition d'un problème d'un point de vue interactionnel, stratégies paradoxales dites de 180° et les notions de client, client désigné du changement.

#### Les stratégies interactionnelles :

- initiation à la posture et aux techniques du 180° déclinées suivant les types de difficultés et/ou problématiques » ( lâcher prise, confrontation, propositions paradoxales)

**Les bases pour construire une représentation (modélisation) systémique d'une situation professionnelle utile à la relation d'aide :**

- contexte, enjeux et conséquences, système pertinent, liens croyances/actions définition de la question à résoudre, typologie d'interactions, redondances relationnelles)

**Les plus :** entraînements, interactivité, analyse des pratiques professionnelles, études de situations, travaux de groupe, temps individuels

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

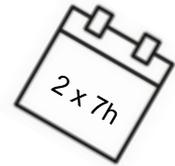
**Intervenant :**

Sébastien Jambon, intervenant systémicien, formateur

## Sensibilisation à l'ethnopsychiatrie

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Acquérir des éléments théoriques sur l'ethnopsychiatrie
- Comprendre les enjeux psychiques liés à la migration et leurs répercussions sur la famille
- Connaître les spécificités des cultures d'Afrique subsaharienne
- Découvrir et comprendre la logique et les modalités des techniques thérapeutiques traditionnelles ainsi que les modes d'expression de la souffrance dans les cultures africaines.
- Appréhender la relation soignant/soigné sous l'angle culturel et savoir articuler les données culturelles de la maladie avec la clinique

### Programme :

#### Approche Théorique : L'ethnopsychiatrie

- Histoire et concepts : naissance de l'ethnopsychiatrie
- Le dispositif de soin ethnopsychiatrique
- Le phénomène migratoire
- Éléments de psychopathologie des hommes et des femmes en migration
- Le soin dans les systèmes traditionnels

#### Approche pratique du terrain professionnel : l'accompagnement en situation d'interculturalité

- Problèmes liés à la prise en charge (observance, représentations culturelles de la maladie / du handicap)
- Les difficultés d'accueil de l'altérité culturelle
- Les difficultés des soignants face à des symptômes culturellement codés
- Quelques repères pour mieux prendre en charge les patients migrants  
Analyse des situations cliniques / mise en situation

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

#### Public concerné :

Tout professionnel exerçant auprès de jeunes ayant des manifestations anxieuses ou des troubles anxieux

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques

##### mobilisées :

Alliance de théorie, d'échanges avec les participants sur leurs pratiques et de méthodes

**Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Développer ses compétences interculturelles
- Analyser ses pratiques professionnelles

pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

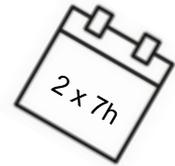
Fatiha AYOUIJIL

Psychologue clinicienne,  
psychothérapeute spécialisée en  
ethnopsychiatrie.

## Approche transculturelle de la maladie

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Comprendre les systèmes de parenté des patients immigrés pour mieux adapter la prise en charge des patients.
- Faire évoluer nos propres représentations de la maladie en les mettant en perspectives avec d'autres pour aider les bénéficiaires à gérer leur situation médicale et sociale
- Comprendre la souffrance liée à la perte du cadre culturel dans le quotidien
- Comprendre en quoi la culture de chacun a un impact sur la façon d'accepter la maladie, la soigner et vivre avec.
- Permettre à l'ensemble des professionnels une prise de recul par rapport aux situations rencontrées

### Programme :

#### Approche Théorique : Approche anthropologique de la maladie

- Les structures familiales et les relations sociales dans la gestion de la souffrance psychique et de la maladie (focus sur différentes cultures : Maghreb, Afrique subsaharienne)
- Les thérapies traditionnelles et religieuses autour de la maladie et de la souffrance psychique
- Le vécu individuel et collectif de la maladie et son impact au quotidien
- Place des soignants en situation interculturelle (transfert des rôles culturels, frein & leviers)

#### Approche pratique du terrain professionnel : La spécificité relationnelle dans l'accueil et la prise en charge des patients africains

- Les difficultés d'accueil de l'altérité culturelle
- La gestion des données culturelles et le discours scientifique autour de la maladie. Les leviers thérapeutiques en situations d'urgence.
- Un outil de travail dans la communication interculturelle : le décentrage culturel
- Analyse des situations cliniques / mise en situation

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

#### Public concerné :

Tout professionnel amené à accompagner des personnes présentant des problématiques de santé mentale dans un contexte transculturel.

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie, d'échanges avec les participants sur leurs pratiques et de méthodes pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

**Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Développer ses compétences interculturelles
- Analyser ses pratiques professionnelles

**Méthodes et modalités  
d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

Fatiha AYOJIL

Psychologue clinicienne,  
psychothérapeute spécialisée en  
ethnopsychiatrie.

## Apprendre à gérer son stress

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis

### Objectifs :

- Apprendre à identifier les différentes émotions sources de stress (peur, colère, honte...).
- Améliorer sa conscience corporelle.
- Apprendre à demander de l'aide.
- Acquérir des techniques simples et reproductibles pour s'apaiser.

### Programme :

#### Les émotions :

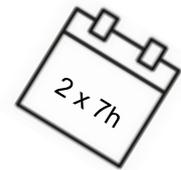
- Qu'est-ce qu'une émotion (définition et fonction)
- Définition des émotions de base : peur, colère, tristesse, dégoût, surprise

#### Le stress :

- Qu'est-ce que le stress ?
- Les conséquences du stress
- Repères physiologiques, connaître son corps, ses réactions
- Bon et mauvais stress ?
- Reconnaître les facteurs de stress

#### Apprendre à mieux communiquer pour gérer le stress:

- Exprimer son émotion de manière adaptée
- Exprimer son désaccord de manière adaptée
- Savoir demander de l'aide



**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

#### Public concerné :

Tout professionnel

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Apports théoriques avec une pédagogie adaptée, photolangages, mallette pédagogique, jeux de société, échanges avec les participants. Support remis de façon dématérialisée.

#### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

**Apprendre à gérer son stress :**

- L'importance de la respiration
- Techniques de respiration : en carré, en couleur
- Exercices de relaxation
- Exercices de pleine conscience axés sur le moment présent

**Les plus :** interactivité ++, exercices de groupe, expérimentation des techniques de gestion du stress, pédagogie adaptée (photolangages, jeux de société, support privilégiant le visuel)

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

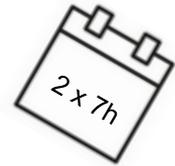
**Intervenant :**

Katia Polihezsko, psychologue clinicienne, attachée de cours à l'université, formatrice.

## La bientraitance

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Définir la bientraitance dans le cadre des interventions
- Identifier les différentes formes de maltraitements et leurs causes d'apparition
- Développer les actions et les attitudes bientraitantes
- Prévenir les comportements maltraitants

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Programme :

#### La bientraitance

- Le concept de bientraitance, essai de définition et valeurs fondamentales
- Les signes de la bientraitance
- Les conséquences et les bénéfices : quel cercle vertueux ?
- Quels contextes la favorise ?
- Le positionnement national et les directives de la HAS

#### La maltraitance

- Définition de la maltraitance et de ses différentes formes (violence, négligence, maltraitance)
- Les signes de reconnaissance et ses conséquences
- Les facteurs à risque et les facteurs de maintien
- Zoom sur les comportements maltraitants

#### La vie institutionnelle

- Le fonctionnement global et le vécu des équipes
- Les contraintes et obstacles dans le développement de la bientraitance
- Les propositions institutionnelles
- L'écoute et la considération professionnelle : Comment créer un environnement de travail bienveillant ? Quels comportements bienveillants pour soi-même et pour les autres ?

### Public concerné :

Tout professionnel exerçant dans le secteur de la santé mentale et médico-social

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

### **Développer la bientraitance des personnes accompagnées et des professionnels**

- Les recommandations des bonnes pratiques de l'HAS
- La communication non violente
- La protection de l'individu
- La considération professionnelle
- La bienveillance
- L'empathie
- L'écoute émotionnelle dans la relation d'aide

Présentation d'études de cas concrets et d'outils pour le développement des pratiques bienveillantes et bientraitantes.

#### **Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Analyser ses pratiques professionnelles

#### **Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

#### **Intervenante :**

Morgane Montévil

Psychologue clinicienne et psychothérapeute

## La communication non violente

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis

### Objectifs :

- Acquérir des connaissances de base sur la communication verbale et non verbale
- Comprendre les mécanismes interpersonnels mis en jeu dans l'accompagnement de la personne accueillie
- Renforcer sa capacité et sa qualité d'écoute et d'empathie dans la relation

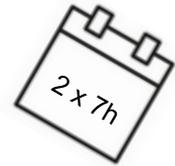
### Programme :

#### Les bases de la communication

- Le concept de communication
- Le rôle des émotions dans la communication
- Les différentes formes de communication
- Les enjeux de l'écoute, recueil de la parole de l'autre
- Les obstacles d'une bonne communication

#### La communication verbale et « non violente »

- La notion d'« écoute active » ; Comment mettre en place, grâce à une bonne écoute, une relation de qualité et un climat de confiance ?
- La compréhension de la demande et des attentes de la personne accompagnée
- Les techniques pour savoir poser, si besoin, des questions simples, savoir reformuler clairement les demandes et les besoins
- L'identification et l'expression des sentiments
- L'empathie
- Comment rassurer pour désamorcer éventuellement l'agressivité ou la crainte ?
- L'affirmation de soi adaptée, s'affirmer et affirmer son point de vue dans le respect de soi et de l'autre



**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout professionnel dans le secteur de la santé mentale et le secteur médico-social

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie, d'échanges avec les participants sur leurs pratiques et de méthodes pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

### **La communication non verbale**

- Les expressions non verbales
- Être à l'écoute de l'expression du corps et pas seulement des paroles
- L'expression des sentiments par les attitudes corporelles
- Comment interpréter et répondre aux expressions non verbales ?

### **Observer sa propre communication**

- Identifier sa forme de communication dans différentes situations concrètes
- Reconnaître et accepter ses émotions pour réagir de façon adaptée

Présentation d'études de cas concrets et de différents outils pour l'accompagnement de l'enfant de l'adolescent anxieux.

### **Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

### **Intervenante :**

Morgane Montévil

Psychologue clinicienne et psychothérapeute spécialisée dans l'accompagnement des relations et de la communication

### **Les plus :**

- Profiter d'échanges et de discussions entre professionnels
- Bénéficier de vignettes cliniques et d'études de cas
- Développer ses méthodes de communication
- Analyser ses pratiques professionnelles





# **Formations en management**

## Bien savoir animer les réunions pour favoriser la qualité de vie au travail

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis

### Objectifs :

- Préparer efficacement la réunion.
- Piloter la réunion pour atteindre l'objectif et garantir des résultats concrets.
- Prendre appui sur la richesse du groupe.
- Gérer les comportements difficiles et les situations délicates en réunion.

### Programme :

#### Préparer sa réunion, gage de réussite

- Définir un objectif concret à atteindre à la fin de la réunion : identifier le type de réunion et choisir sa posture d'animateur.
- Structurer la réunion et choisir pour chaque étape les techniques d'animation appropriées.
- Mobiliser les participants : de l'ordre du jour au relevé de décisions, utiliser des outils numériques simples.

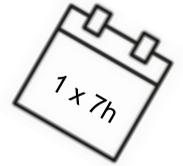
#### Piloter la réunion pour atteindre l'objectif

- Soigner l'introduction pour affirmer son leadership d'animateur.
- Prendre appui sur la richesse du groupe.
- Conduire le groupe vers l'objectif : les différents rôles de l'animateur
- Obtenir l'engagement des participants à la fin de la réunion.

Focus : la boîte à outils de l'animateur (reformulations, synthèses partielles, autonomie d'un groupe de travail par rapport à un sujet)

#### Développer l'animation des réunions déléguées pour développer les compétences individuelles et collectives

- Les 5 rôles qui vont tourner réunion après réunion (facilitateur, gardien du temps, pousse-décision, hôte, méta)
- Les facteurs de réussite



**Durée et heure** : 1 jour, 7 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € TTC par jour.

#### Public concerné :

Toute personne qui anime ou participe à des réunions ou groupes de travail, quel qu'en soit le contexte : information, décision, projet, résolution de problèmes, partage d'expertise, etc

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

**Disposer de clés pour comprendre et dénouer les tensions en réunion**

- Renforcer son aisance face aux comportements difficiles des participants : 5 styles pour gérer le conflit (TKI) et 2 dimensions de comportement (assertifs, coopératifs)
- Repérer les bonnes pratiques à renforcer pour réussir ses réunions à distance (conférences téléphoniques et visioconférences).

Focus : le méthode D.E.S.C

**Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles, travaux de groupe, intervenante ayant une longue/ grande expérience du secteur associatif social, médico-social et sanitaire.

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas  
Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

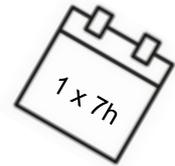
**Intervenante :**

Sabine Esnault, Spécialiste Ressources Humaines, Coach professionnelle et Médiatrice,

## Bien savoir recruter et intégrer un collaborateur

### Prérequis :

- Ne nécessite pas de prérequis



### Objectifs :

- Connaître les conditions et les grandes étapes d'un recrutement réussi
- Savoir comment rédiger son annonce et réaliser son sourcing,
- Savoir comment étudier les candidatures reçues et choisir le ou la candidate en fin de processus
- Savoir bâtir un processus d'intégration personnalisé

**Durée et heure** : 1 jour, 7 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € TTC par jour.

### Public concerné :

Encadrants

### Programme :

#### Identifier le besoin en recrutement et définir les profils de poste

- Clarifier le besoin : compétences requises, complémentaires, comportements associés... et élaborer une fiche de poste
- Cartographier les compétences actuelles et étudier les possibilités de mobilité interne
- Identifier les compétences techniques et comportementales indispensables : fixer l'ordre de priorité
- Prévoir la répartition des tâches entre Manager et RH
- Identifier et formaliser les valeurs de votre entreprise pour les présenter au candidat

Cas pratique : étude et correction de fiche de poste à partir des documents du stagiaire

#### Présélectionner les candidats avant l'entretien de recrutement

- Trier les candidatures reçues en s'appuyant sur une grille de lecture
- Comment évaluer la motivation à distance ?
- Focus : se poser les bonnes questions en cas d'absence de retours ou pas de retours qualitatifs

#### Définir les informations que l'on souhaite obtenir en entretien

- Identifier les points à approfondir selon les profils des candidats : se construire une grille d'entretien
- Connaître les questions à éviter, les principes à respecter : discriminations, égalité H-F...
- Focus sur les nouveaux types d'entretien : à distance, jobdating...

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Alliance de théorie et d'échanges avec les participants sur leurs pratiques. Support remis de façon dématérialisé.

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un

- Focus sur les outils d'évaluation à disposition : tests de personnalité, graphologie, psychomorphologie... Avantages et limites de chacun

#### **Les facteurs-clés d'un bon entretien de recrutement**

- Respecter les règles d'or et les étapes clefs
- Présenter de manière attractive le poste et exposer clairement ses attentes
- Maîtriser les techniques de questionnement et de reformulation
- Identifier les motivations de son interlocuteur et leur adéquation avec son besoin

#### **Adapter son attitude et maîtriser les techniques d'écoute active**

- Rassurer le candidat et créer un climat de confiance : la synchronisation
- Analyser le profil comportemental et verbal de son interlocuteur

#### **Réussir l'évaluation des candidats et la prise de décision finale**

- Eviter les erreurs les plus fréquentes : effet de halo, contraste, similarité, préjugés
- Choisir le candidat final avec les autres décisionnaires

#### **Assurer une intégration réussie dans l'association**

- Utiliser le kit d'intégration,
- Choisir un tuteur au sein de son service
- Organiser un rendez-vous autour du « rapport d'étonnement »

questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

#### **Intervenante :**

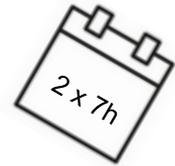
Sabine Esnault, Spécialiste Ressources Humaines, Coach professionnelle et Médiatrice,

#### **Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles, études de fiches de postes, travaux de groupe, intervenante ayant une longue/ grande expérience du secteur associatif social, médico-social et sanitaire.

## La démarche de médiation comme outil de gestion des conflits

- **Prérequis** : Apporter des cas issus du vécu professionnel



### Enjeu :

Le secteur médicosocial, social ou sanitaire est en pleine transformation dans ce qu'il propose en termes d'accompagnement aux personnes vulnérables. Tout changement - même positif, tout conflit - même légitime, sont sources de difficultés et d'incompréhensions. La visée de la médiation est le réguler les échanges et faciliter l'établissement ou la restauration du dialogue pour permettre aux personnes en présence de faire émerger des réponses et des solutions mutuellement satisfaisantes pour l'exercice de leurs missions et responsabilités. Dans certains cas les professionnels sont amenés à jouer un rôle de médiateur. Cette formation permet d'acquérir les compétences permettant la gestion de ces situations délicates.

### Objectifs :

- Comprendre les enjeux et les particularités de la médiation
- Assimiler le processus de travail et les principaux outils du médiateur : de l'écoute au conseil
- Répondre aux sollicitations des salariés confrontés à une tension ou un conflit interne
- Savoir dans quelles situations recourir à un médiateur externe

### Programme :

#### Jour 1

##### **Matin – (durée 3h30)**

- Les formes, les causes et les conséquences des conflits au travail
- La médiation : un art et un esprit
- Comprendre les enjeux et les particularités de la médiation
- Qui peut être amené à utiliser la démarche de médiation de manière occasionnelle

##### **Après-midi – (durée 3h30)**

- Spécificités de la médiation dans le secteur médicosocial, social ou sanitaire associatif
- Repérage des signaux faibles au niveau des salariés, de l'équipe, de l'organisation

**Durée et heure** : 2 jours, 14 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Professionnels encadrants, professionnels en charge des ressources humaines

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées

#### Modalités de mise en œuvre :

Présentiel

**Éléments matériels et techniques** : support pédagogique (dont lexique /glossaire, code déontologique du médiateur)

**Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs** : apports théoriques, quizz, mises en situation, prise de recul sur ses propres représentations, échanges entre professionnels, bibliographie

## **Jour 2**

### ***Matin – (durée 3h30)***

- S'initier aux principaux outils de la médiation
- Processus, posture, techniques de communication orale (écoute active, questionnement et reformulation)
- Les conditions de réussite et les risques de la démarche de médiation

### ***Après-midi – (durée 3h30)***

- Utiliser la médiation pour désamorcer les tensions et gérer les altercations : à partir des situations vécues rapportées par les stagiaires, le groupe travaillera sur des simulations d'actions de médiation permettant d'aider un salarié en conflit à démêler les faits de ses émotions, de simuler une médiation entre deux salariés

### **Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

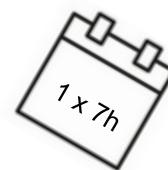
### **Intervenante :**

Sabine Esnault, consultante, coach professionnel et médiatrice dans l'Economie Sociale et Solidaire

### **Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles, études de situations cliniques, travaux de groupe.

## Manager son équipe à distance et prévenir les risques psychosociaux



**Prérequis :** être en situation d'encadrement

Une des caractéristiques du management à distance est de superviser des professionnels sans être présent lorsque ceux-ci exercent leur activité de travail. Il peut être générateur de risques particuliers. A l'aune de la crise sanitaire, de ses effets sur les personnes, sur le travail et sur l'organisation du travail, les encadrants doivent adopter une posture managériale adaptée en comprenant l'importance des risques psychosociaux. Cette formation permet de mettre en débat les idées reçues et les dépasser pour trouver la juste posture, pour créer une relation de confiance réciproque et de coopération.

### Objectifs :

- Identifier et mettre en œuvre une posture et des pratiques au quotidien favorisant la prévention des RPS
- Identifier ce qui change et ce qui ne change pas dans son rôle de manager
- Connaitre les pratiques de communication interpersonnelles et collectives adaptées au management à distance

### Programme :

Matin – (durée 3h30)

#### Les Risques psychosociaux, de quoi parle-t-on ?

- Définitions des RPS, familles de facteurs de risques, différence entre les facteurs de risques et les troubles psychosociaux
- Enjeux liés aux RPS et responsabilité juridique des entreprises

#### Manager à distance

- Ce qui change et ce qui ne change pas
- Détecter les signaux faibles
- La confiance comme levier d'actions

#### Après-midi – (durée 3h30)

- Les bonnes pratiques de communication interpersonnelles
- Les bonnes pratiques de communication collectives

**Durée et heure :** 1 jour, 7 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € TTC pour une journée

#### Public concerné :

Professionnel encadrant

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées :

- Modalités de mise en œuvre : présentiel
- Eléments matériels et techniques : support pédagogique
- Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs : exposés, quizz, prise de recul sur ses propres représentations, mise en situation, échanges entre professionnels, bibliographie

- Définir son mode de management à distance : plan d'actions personnel

**Les plus :**

Interactivité, analyse des pratiques professionnelles

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par des études de cas.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

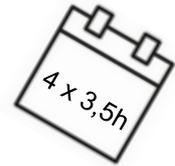
**Intervenante :**

Sabine Esnault, consultante, coach professionnel et médiatrice dans l'Economie Sociale et Solidaire

## Atelier de co-développement

### Prérequis :

- Être confronté, dans sa pratique professionnelle, à tous types de situations complexes
- Occuper une fonction analogue ou équivalente à celle occupée par tous les autres participants présents dans cette démarche (groupes de pairs)



### Objectifs :

- Echanger sur ses bonnes pratiques et créer une communauté partageant un objectif commun
- S'enrichir mutuellement afin de trouver des solutions aux problèmes rencontrés au sein de son équipe ou en lien avec les autres services
- Revisiter les fondamentaux du management (pour les groupes de pairs de managers) en se centrant sur la mise en pratique
- Prendre conscience à chacun de son système de référence, de ses modes de fonctionnement, de ses points forts, de ses ressources et de ses axes de progrès

**Durée et heure :** 4 demi-journées, à répartir avec un intervalle de 4 à 6 semaines entre chaque séance

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 600 € par demi-journée, soit 2 400 € TTC pour 4 demi-journées.

### Public concerné :

Tout salarié - Groupes de pairs de 6 à 8 personnes

### Démarche :

#### Exposé

Un participant dispose de 5 minutes pour présenter une situation de la manière la plus factuelle et précise possible.

#### Clarification

Les pairs disposent d'un temps de clarification de la situation par le biais de questions posées au participant ayant exposé le cas.

#### Reformulation

Les pairs proposent une reformulation de leur compréhension de la problématique.

#### Contrat

Le participant ayant exposé la situation définit le contrat de consultation : en quoi ses pairs peuvent-ils l'aider ?

#### Echanges et apports

Le groupe débat collectivement de la situation.

#### Restitution

Le participant ayant exposé la situation précise en conclusion ce qu'il retient des propositions énoncées par ses pairs au cours de l'étape précédente.

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 4 participants avec une capacité maximum de 12 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Protocole de co-développement issu du coaching collectif.

### Les plus :

- Miser sur les interactions entre participants constituant une communauté d'apprentissage et partageant les mêmes objectifs d'amélioration des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être.
- Bénéficier de "l'intelligence collective" d'un groupe de pairs, et ainsi mieux concevoir les situations présentes et envisager des solutions innovantes.
- Pouvoir s'exprimer dans un lieu à part, bienveillant et sécurisé, devant un coach extérieur, sur ce que l'on expérimente dans son travail.

Processus apprenant visant à répondre aux demandes spécifiques de chaque participant, en utilisant les ressources du groupe.

Démarche centrée sur l'atteinte d'objectifs concrets permettant de bénéficier de « l'intelligence collective » du groupe pour créer une communauté d'apprentissage, et donc du lien.

### Méthodes et modalités

#### d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de protocole (respect des étapes et qualité des échanges)

Évaluation de la satisfaction du participant par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de démarche

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

#### Intervenante :

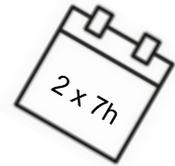
Amélie Loireau

Anthropologue sociale de formation initiale devenue coach professionnelle et ayant occupé des fonctions managériales opérationnelles

## Développer la cohésion et la coopération au sein de son équipe

### Prérequis :

- Faire partie d'une équipe



### Objectifs :

- Prendre du recul sur ses représentations du métier de l'autre
- Mettre des mots précis sur ce qui caractérise une équipe
- Appréhender les principaux ingrédients de la cohésion et de la coopération
- Poser et partager les fondements d'une dynamique d'équipe

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout salarié

### Programme :

#### Comment chacun voit le travail des autres dans l'organisation

- Leurs missions, leurs responsabilités
- Leurs spécificités, leurs particularités
- Leurs difficultés, leurs fragilités
- Leurs atouts, leurs forces
- Leurs limites

#### Les éléments fédérateurs

- Valeurs communes
- Ce qui fait unité
- Ce qui fait sens

#### Interdépendance et complémentarité des métiers

- Repartir des forces, des fragilités et des limites de chacune des fonctions pour établir les liens d'interdépendance et de complémentarité
- Revaloriser le rôle de chacun

#### La notion d'équipe

- Ce qui la caractérise
- Métaphores
- Une définition

#### Les principaux ingrédients de la cohésion et de la coopération

- Identité commune
- Objectifs partagés
- Coopération et collaboration
- Rôles définis
- Processus de travail normalisés

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Accent mis sur la capacité individuelle et collective des participants à appréhender par eux-mêmes les principaux ingrédients de la cohésion et de la coopération.

Alliance d'apports conceptuels, méthodologiques, et expérimentiels, de réflexions individuelles et

- Responsabilité partagée
- Mesure de la réussite
- Motivation

**Poser et partager les fondements d'une dynamique d'équipe**

- Identifier, en situation, ce qui facilite la cohésion et la coopération
- Identifier, en situation, les principaux freins
- Enseignements à tirer

**Les plus :**

- Partir de soi et de ses représentations du métier des autres pour mieux comprendre les écarts de perception, l'importance de l'interdépendance, et les enjeux de la complémentarité
- Profiter d'échanges, de partage d'expériences, de temps de réflexion individuelle et collective, et de discussions entre professionnels
- Se mettre concrètement dans une dynamique de développement de la cohésion et de la coopération au sein de son équipe, au travers d'exercices pratiques et d'un jeu pédagogique

collectives pour répondre aux consignes d'exercices, et de nombreux échanges entre les participants et l'intervenant. Utilisation d'un jeu pédagogique sur la cohésion en fin de session. Support remis de façon dématérialisée.

**Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par le biais des exercices de réflexion et du jeu pédagogique.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante :**

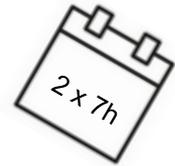
Amélie Loireau

Anthropologue sociale de formation initiale devenue coach professionnelle et ayant occupé des fonctions managériales opérationnelles

## Le management inclusif

### Prérequis :

- Occuper une fonction managériale avec une responsabilité d'équipe



### Objectifs :

- S'interroger sur les essentiels d'un management qui n'exclut pas et redonne du sens au travail : l'importance de la vision et la reconnaissance des bonnes pratiques managériales
- Savoir adopter la juste posture professionnelle et la juste distance
- Mettre en place des rituels et un cadre de travail « incluants »
- Assurer la « sécurité psychologique » des collaborateurs

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Tout manager dans le secteur de la santé mentale et le secteur médico-social

### Programme :

#### Être au clair avec la vision de son organisation

- La vision s'articule autour de 3 niveaux d'enjeux :
  - La vocation : c'est la raison d'être d'une organisation. La vocation est présente dans l'espace de l'imaginaire collectif de l'« entreprise ».
  - L'ambition : c'est le défi dans le temps (les objectifs).
  - Les valeurs : qu'est-ce qui relie le manager et son équipe ? Qu'est-ce qui les porte ?

#### Reconnaître et valoriser les bonnes pratiques managériales

- Quelles sont les pratiques managériales qui répondent le mieux à cette vision telle qu'elle a été identifiée ?
- Comment les entretenir et les développer dans le temps ?

#### Adopter la juste posture professionnelle et la juste distance

- La relation d'aide du manager vis-à-vis de ses collaborateurs : jusqu'à quel point (les forces, les limites) ?
  - Empathie
  - Distance et proximité
  - Don / contre-don
  - Les incompréhensions autour de la relation professionnelle
  - Trouver un équilibre entre implication et prise de recul, ajuster la distance professionnelle

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques

#### mobilisées :

Alliance de théorie, d'apports méthodologiques, de retours sur expériences, d'exercices pratiques et d'échanges entre les participants et l'intervenant.

- Les facteurs de risque ou les écueils à éviter dans l'accompagnement managérial

- Comment accompagner l'autonomisation de ses salariés ?
  - La notion de « progressivité »
  - La responsabilisation et le partage des tâches
  - Le management des compétences

#### **Les rituels et le cadre de travail incluants**

- Les rituels formels
- Les rituels informels
- Un cadre à la fois structurant et souple

#### **Assurer la « sécurité psychologique » de ses collaborateurs**

- L'accueil du nouveau salarié : une étape clé
- Les notions de tutorat, de travail en binôme, d'apprentissage progressif et d'accompagnement individualisé
- Les signaux de reconnaissance et la culture du feedback
- Le droit à l'erreur et la recherche de solutions collectives
- Des compétences reconnues jouant un rôle dans la dynamique collective

#### **Les plus :**

- Apports conceptuels, méthodologiques et expérientiels
- Prendre de recul sur sa fonction et analyser ses pratiques professionnelles
- Profiter d'échanges, de partage d'expériences, de temps de réflexion individuelle et collective, et de discussions entre professionnels
- Réaliser des exercices partant de situations vécues ou réalistes afin de développer ses savoir-faire et savoir-être
- Se mettre en situation pour « éprouver » la notion de management inclusif

Support remis de façon dématérialisée.

#### **Méthodes et modalités d'évaluation :**

Évaluation des acquis en cours de formation par le biais d'exercices de réflexion, de questionnement et de mises en situation.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

#### **Intervenante :**

Amélie Loireau

Anthropologue sociale de formation initiale devenue coach professionnelle et ayant occupé des fonctions managériales opérationnelles

## Les fondamentaux du management : positionnement du cadre intermédiaire

### Prérequis :

- Exercer la fonction de manager ou de cadre intermédiaire



### Objectifs :

- Comprendre les notions d'autorité et de leadership
- Appréhender les deux dimensions fondamentales du management
- Repérer et ajuster son style de management
- Apprendre à s'affirmer
- Analyser les principaux ressorts de la motivation

**Durée et heure :** 2 jours, 14 heures

**Lieu :** 75/77/95

**Date(s) :** à définir

**Tarif :** 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Programme :

#### Se positionner : les notions d'autorité et de leadership

- Autorités légitime, consentie, et personnelle
- Les différentes formes de leadership
- Les tactiques d'influence

#### Les deux dimensions du management

- La dimension organisationnelle
- La dimension relationnelle
- Manager : une gestion des paradoxes

#### Repérer et ajuster son style de management

- Autodiagnostic
- Le style directif : avantages et inconvénients
- Le style persuasif : avantages et inconvénients
- Le style participatif : avantages et inconvénients
- Le style délégué : avantages et inconvénients

#### L'affirmation de soi

- Les différentes formes d'affirmation de soi
- La notion d'assertivité
- Les outils pour s'affirmer et la technique du D.E.S.C.
- Mesurer son assertivité au quotidien

#### Les principaux ressorts de la motivation

- Des besoins différents
- Les critères à prendre en compte
- La démotivation

### Public concerné :

Tout salarié

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Accent mis sur la capacité individuelle et collective des participants à appréhender par eux-mêmes les principaux ingrédients de la cohésion et de la coopération.

- L'importance de l'équipe

### Les plus :

- Prendre du recul, en tant que manager et/ou cadre intermédiaire, sur le positionnement à avoir et la posture à adopter selon les situations et la spécificité de ses interlocuteurs
- Identifier son style de management et réfléchir à la notion de « management adapté »
- Profiter d'échanges, de partage d'expériences, de temps de réflexion individuelle et collective, et de discussions entre professionnels confrontés aux mêmes enjeux et à des situations managériales parfois complexes
- Acquérir des outils et des techniques pour affiner son management et améliorer sa communication
- Bénéficier d'autodiagnostic pour mieux se connaître en tant que manager

Alliance d'apports conceptuels, méthodologiques, et expérientiels, de réflexions individuelles et collectives pour répondre aux consignes d'exercices, et de nombreux échanges entre les participants et l'intervenant. Passation de deux autodiagnostic, l'un sur le management situationnel et l'autre sur l'assertivité.

Support remis de façon dématérialisée.

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par le biais des exercices de réflexion, des cas pratiques, et des échanges suite aux restitutions des deux tests.

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

### Intervenante :

Amélie Loireau

Anthropologue sociale de formation initiale devenue coach professionnelle et ayant occupé des fonctions managériales opérationnelles

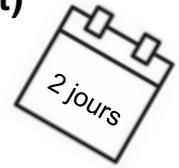




# **Formations en informatique**

## Programme de base en informatique (Outlook, Word, Internet)

- **Prérequis** : aucun



**Objectifs** : Cette formation d'initiation à Windows, Outlook, Word permet d'acquérir les bons réflexes pour bien débiter avec votre ordinateur.

### Programme :

#### À LA DÉCOUVERTE DE WINDOWS

- Le bureau,
- Types d'objets,
- Barre des tâches,
- Utilisation de la souris,
- Manipulation des fenêtres.

#### PANNEAU DE CONFIGURATION

- Souris,
- Clavier,
- Affichage,
- Date et heure,
- Paramètres régionaux.

#### GÉRER DES DOSSIERS

- Utilisation de l'explorateur,
- Créer un dossier,
- Nommer un dossier,
- Déplacer un dossier,
- Supprimer un dossier,
- Notion de réseaux.

#### GESTION DES FICHIERS

- Enregistrer un fichier,
- Copier un fichier,
- Déplacer un fichier,
- Effacer un fichier,
- Récupérer un fichier dans la corbeille,
- Supprimer définitivement un fichier,
- Renommer un fichier,
- Rechercher un fichier.

#### TRAITEMENT DE TEXTE WORD : RÉDIGER UN DOCUMENT

**Durée et heure** : 2 jours de 7h ou 4 demi-journées de 3h30.

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à ^prévoir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

#### Public concerné :

Toute personne débutant en informatique

#### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

#### Méthodes pédagogiques mobilisées

#### Modalités de mise en œuvre :

Présentiel, un ordinateur par personne

**Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs** : exercices variés et adaptés au niveau de chacun.

- Découvrir l'écran de travail,
- Créer un nouveau document,
- Saisir, modifier ou supprimer un texte,
- Création d'un tableau simple
- Concevoir un tableau et y saisir un texte,
- Redimensionner un tableau
- Insérer, déplacer ou supprimer une ligne ou une colonne
- Définir la mise en forme et l'habillage.
- Mettre en forme un document : choix de la police, du style, des options de paragraphe, etc.,
- Insérer des listes à puces ou numéros,
- Définir les options de mise en page : marges, orientation du document (portrait ou paysage), numérotation des pages, bordures, etc.,
- Utiliser le correcteur automatique,
- Découvrir le mode "aperçu avant impression".

#### PRINCIPE DE LA MESSAGERIE ELECTRONIQUE

- Créer et envoyer un message électronique (email)
- Consulter sa boîte de réception, répondre, faire suivre un email
- Joindre un fichier à un message électronique (email)
- Gérer sa boîte mail S'initier à l'utilisation de Word

#### AVOIR UTILISER INTERNET

- Comment fonctionne Internet ?
- Naviguer sur le web avec Internet Explorer,
- Passer d'une page à l'autre,
- Visiter un site sécurisé,
- Les onglets de navigation,
- Utiliser l'historique,
- Configuration et options du navigateur.

**Les plus :** Adaptabilité au niveau de chacun !

#### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des quizz

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenant(es) :** Patricia Lenoir, ou Marie Boucher, ou Emmanuel Loire, formateurs en informatique, ayant l'habitude d'exercer dans le secteur médico- social.

## Formation de base WORD

- **Prérequis** : aucun



**Objectifs** : Plus qu'une machine à écrire, le traitement de texte Word est un véritable outil de mise en forme de documents. Après avoir découvert ses fonctionnalités, vous pourrez :

- Comprendre et maîtriser l'interface du traitement de texte
- Saisir et mettre en forme un texte et en optimiser la mise en page
- Insérer et mettre en forme des tableaux
- Vous découvrirez également les joies du publipostage

**Durée et heure** : 2 jours de 7h ou 4 demi-journées de 3h30.

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à prévoir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Toute personne débutant en informatique

### Programme :

#### Présentation du traitement de texte Word

- Interface graphique : les boutons, les onglets, la boîte de dialogue
- Le ruban : les icônes et les rubriques,
- La barre d'outils Accès rapide : utilisation et personnalisation
- Affichage : les différents modes d'affichage

#### Rappel

- Créer, ouvrir et enregistrer un dossier dans l'explorateur et dans Word
- Création et ouverture d'un document
- Créer un nouveau document
- Ouvrir un document existant
- Enregistrer un document
- Supprimer un document

#### Saisie et mise en forme du texte (lettre ou document simple)

- Les caractères (polices, style, attributs)
- Alignement du texte,
- Retrait et espacement de paragraphes
- Interlignes
- Bordure et trame de paragraphes
- Insertion de caractères spéciaux, puces et numéros
- Les taquets de tabulation

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées

#### Modalités de mise en œuvre :

Présentiel, un ordinateur par personne

**Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs** : exercices variés et adaptés au niveau de chacun.

- Reproduire des mises en forme
- Les outils : correcteur orthographique et grammatical, dictionnaire des synonymes

#### Mise en page d'un document

- Les marges, la taille et l'orientation de la page
- Les sauts de page
- En-tête et pied de page
- Numérotation des pages

#### Création de tableaux et mise en forme

- Créer un tableau
- Largeur, hauteur des lignes et des colonnes
- Alignement
- Gérer du texte dans un tableau
- Insertion et suppression de lignes ou de colonnes
- Couleurs, motifs, trame et encadrement
- Insertion d'un dessin ou d'une image, d'un tableau ou d'un graphique

#### Découverte du Publipostage

- Lettres, étiquettes, enveloppes

#### Impression d'un document

#### Création d'un fichier PDF ou XPS

#### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des quizz

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenant(es) :** Patricia Lenoir, ou Marie Boucher, ou Emmanuel Loire, formateurs en informatique, ayant l'habitude d'exercer dans le secteur médico- social.

**Les plus :** Adaptabilité au niveau de chacun !

## Formation Word : niveau intermédiaire



- **Prérequis** : connaître les fonctions de base Word

### Objectifs

- Gérer les styles et mettre en page un long document
- Maîtriser les paramètres de fusion et publipostage
- Suivre les modifications et commentaires dans un document
- Utiliser les macros

**Durée et heure** : 1 jour, 7 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € TTC par jour.

### Public concerné :

Tout salarié

### Modalités et délais d'accès à la formation

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques

**mobilisées** : Présentiel, un ordinateur par personne

### Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs

: exercices variés et adaptés au niveau de chacun.

### Méthodes et modalités

#### d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des quizz

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un

### Programme

#### Rappel des commandes suivantes de mise en forme :

- ◆ Les taquets de tabulation
- ◆ Bordure de texte / bordure de paragraphe
- ◆ Retrait et espacement de paragraphe
- ◆ Les puces et numéros

#### Les styles :

- ◆ Les styles de caractères, les styles de paragraphes
- ◆ Création et modification de style
- ◆ Gestion des styles

#### Mise en page d'un long document :

- ◆ Les sauts de page et les différents sauts de section
- ◆ En-tête et pieds de page personnalisés
- ◆ Numérotation de page
- ◆ Insertion d'image, d'objet et habillage de texte
- ◆ Création d'une table des matières
- ◆ Notes de bas de page, citation et légende
- ◆ Création d'un index

#### Modèle de document :

- ◆ Création d'un modèle de document
- ◆ Enregistrement d'un modèle de document
- ◆ Exportation des styles dans un modèle

#### Création d'un formulaire

#### Fusion et publipostage : lettres, étiquettes, enveloppes et répertoires

- ◆ Créer un fichier d'adresses sous WORD
- ◆ Trier et /ou sélectionner les adresses par critères
- ◆ Ajouter ou supprimer des champs et des enregistrements
- ◆ Utiliser un tableau Excel, Access ou carnet d'adresses de messagerie comme source de données
- ◆ Personnaliser la fusion

#### Suivi des modifications et commentaires dans un document

#### Utilisation des macros existantes dans WORD et création d'une Macro simple

#### Exportation et importation de données de Word à Excel

#### Publier au format PDF ou XPS

- ◆ Généralités, publication
- ◆ Publication Web avec Word

questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenant :** Patricia Lenoir, ou Marie Boucher, ou Emmanuel Loire, formateurs en informatique, ayant l'habitude d'exercer dans le secteur médico- social.

**Les plus :** Adaptabilité au niveau de chacun !

## Excel intermédiaire

- **Prérequis** : aucun



**Objectifs** : Découvrez les fonctionnalités du tableur Excel qui vous permettront de vous organiser de façon optimale. Après avoir découvert les fonctionnalités courantes, vous serez en mesure de :

- Comprendre et maîtriser la logique du tableur
- Créer et mettre en forme des tableaux et graphiques
- Faire les calculs simples qui vous permettront un suivi optimal de votre activité

**Durée et heure** : 2 jours de 7h ou 4 demi-journées de 3h30.

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à prévoir

**Tarif** : 1 200 € par jour de formation, soit 2 400 € TTC pour deux jours.

### Public concerné :

Toute personne débutant en informatique

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 10 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées

**Modalités de mise en œuvre** : Présentiel, un ordinateur par personne

**Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs** : exercices variés et adaptés au niveau de chacun.

### Programme

#### Présentation du tableur Excel

- Interface graphique : les boutons, les onglets, la boîte de dialogue
- Le ruban : les icônes et les rubriques,
- La barre d'outils Accès rapide : utilisation et personnalisation
- Affichage : les différents modes d'affichage

#### Rappel

- Créer, ouvrir et enregistrer un dossier dans l'explorateur

#### Notion de classeur

- Création de classeur, enregistrement

#### Feuilles

- Lignes et colonnes (insertion et suppression)
- Gestion des feuilles (Insertion, suppression copie et déplacement)

#### Saisie et modification de données

- Déplacement dans une feuille
- Sélection de cellules
- Saisie de données
- Création de séries
- Ajustement automatique et manuel des données saisies

### Les calculs

- Formatage de cellules
- Somme automatique
- Les opérations simples,
- Fonctions de statistiques simples
- Nommer une cellule

### Mise en forme des données

- Police, attributs
- Couleur
- Alignement
- Bordure et remplissage
- Tri des données
- Filtre automatique

### Les graphiques

- Initiation à la création de graphique
- Histogrammes, courbes et secteurs
- Mise en forme des graphiques

### Impression des tableaux et graphiques

- Aperçu avant impression
- Mise en page
- En-tête et pied de page
- Ajustement de tableau dans la page
- Saut de page et réduction pour l'impression
- Les différents modes d'impression,
- Zone d'impression
- Créer un fichier PDF ou XPS

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des quizz

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

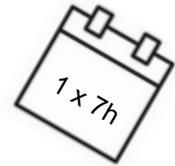
**Intervenant(es) :** Patricia Lenoir, ou Marie Boucher, ou Emmanuel Loire, formateurs en informatique, ayant l'habitude d'exercer dans le secteur médico- social.

**Les plus :** Adaptabilité au niveau de chacun !

## EXCEL NIVEAU AVANCE

### Prérequis :

Connaissance des commandes de base du logiciel EXCEL et utilisation régulière d'EXCEL.



### Objectifs :

- Gérer les objets et fonctions de présentation des données
- Constituer des graphiques élaborés
- Créer, trier, filtrer des bases de données
- Créer des tableaux de données et tableaux croisés dynamiques, ainsi que des statistiques.

**Durée et heure** : 1 jour, 7 heures

**Lieu** : 75/77/95

**Date(s)** : à définir

**Tarif** : 1 200 € TTC pour 1 journée.

### Public concerné :

Tout salarié ayant déjà une bonne connaissance de Excel

### Programme :

#### Rappel

- Le formatage des cellules et la gestion d'un classeur, nommer une cellule, recherche de cellules ou de plages de cellules
- Les objets (Word art, formes automatiques et images)
- Outils de dessin, zone de texte  
Sélection et déplacement d'objets, mise en forme des objets
- Grouper et dissocier des objets
- Présentation des données
- Masquage de lignes et de colonnes
- Création de vues
- Figurer les volets
- Insertion de commentaires  
En-tête et pied de page

#### Étude des principales fonctions

- Fonctions mathématiques, fonctions statistiques
- Fonctions logiques ou conditions

#### Les graphiques

- Rappel sur la création de graphique
- Les graphiques élaborés : modifications de données et valeurs, ajouts de texte, de titre, de légende

### Modalités et délais d'accès à la formation :

La formation se tient à partir de 3 participants avec une capacité maximum de 15 participants.

Pour les personnes en situation de handicap, l'association Les ailes déployées a la possibilité d'adapter, dans la mesure du possible, les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation en fonction du handicap.

### Méthodes pédagogiques mobilisées :

Présentiel, un ordinateur par personne

**Modalités pédagogiques en lien avec les objectifs** : exercices variés et adaptés au niveau de chacun.

### Bases de données

- Création de listes (tables), modification et suppression de listes
- Trier des données, les filtres, les filtres élaborés, zone de critère
- Les calculs dans une base de données, les sous-totaux

### Tableaux de données et tableaux croisés dynamiques

- Généralités
- Création de tableaux
- Les outils de tableau croisé dynamique
- Modification d'un tableau
- Fonctions statistiques

### Impression : commandes avancées

#### Fonctions diverses

- Différents modes d'importation d'un tableau Excel ou d'un graphique dans Word
- Les liaisons OLE : la mise à jour des données d'Excel dans Word
- Publier au format PDF ou XPS

### Méthodes et modalités d'évaluation :

Évaluation des acquis en cours de formation par des Quizz et exercices

Évaluation de la satisfaction stagiaire par la remise d'un questionnaire d'évaluation en fin de formation.

Délivrance d'une attestation de fin de formation.

**Intervenante** : Patricia Lenoir, ou Marie Boucher, ou Emmanuel Loire, formateurs en informatique, ayant l'habitude d'exercer dans le secteur médico- social.

### Les plus :

Adaptabilité au niveau de chacun !

## **PRATIQUES ET FORMATION**

### **Organisme de formation de l'association Les ailes déployées**

29 rue du Faubourg Saint-Antoine 75011 Paris

T : 06 19 72 71 52 | [mj.ferreux@lad.fr](mailto:mj.ferreux@lad.fr)

Siège social : 31 rue de Liège 75008 Paris

