



FORMATIONS

INTER-ENTREPRISES

Organisme
de
formation
et conseil
sur mesure

Objectifs pédagogiques

- Comprendre ce qu'est la fonction tutorale
- Identifier le rôle du tuteur
- Avoir les outils nécessaires pour accompagner son alternant durant la formation

Public concerné

Toute personne exerçant une fonction de tuteur d'un alternant

Pré requis

Etre tuteur en entreprise

Méthodes et moyens pédagogiques

- Transmission d'informations via des supports powerpoint, vidéos, documentation diverse.
- Mise en situation par des études de cas.
- Echanges avec les participants.

Modalités d'évaluation

Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques mais également grâce à un Quizz réalisé à la fin de la formation.

Validation

L'apprenant se verra remettre une attestation de formation

Durée

7h00 soit 1 journée

Tarif

220€ HT par participant

Calendrier

Nous consulter

Lieu

Dans les locaux AJF Performance à Soissons

Définition de la fonction tutorale :

- Qu'est ce qu'un tuteur ?
- Quel est son rôle ?

Le rôle du tuteur :

- Accueillir son alternant
- Poser le cadre : définir des attentes, fixer des objectifs
- Accompagner son alternant dans les apprentissages
- Encourager : quand ? comment ?
- Recadrer : pourquoi ? comment ?

Le fonctionnement des diverses générations dans les apprentissages :

- Baby boomers
- Génération X
- Génération Y
- Génération Z
- Alpha 2005

Les différents modes de communication :

- Le canal de la communication
- Les différents modes de communication
- Comprendre comment je fonctionne
- Identifier les modes de fonctionnement de mon alternant
- Adapter mon mode de communication

La gestion des émotions dans les apprentissages :

- Définition des émotions
- Le rôle des émotions dans les apprentissages
- Comprendre les besoins cachés derrière les émotions
- Gérer les émotions pour prévenir les conflits et les tensions

Tout au long de la formation des mises en pratiques et jeux de rôles seront réalisés

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.

Objectifs pédagogiques :

- Maîtriser CANVA et toutes ses possibilités
- Etre capable de concevoir un support visuel cohérent de plus de 5 slides
- Développer sa créativité

Public concerné :

- Toute personne souhaitant réaliser un design via CANVA

Pré requis :

- Maîtrise de l'outil informatique

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Transmission d'informations via des supports visuels Mise à dispositions d'ordinateurs afin d'effectuer des exercices de créations

Modalités d'évaluation :

- Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques mais également grâce à un Quiz réalisé à la fin de la formation.

Validation :

- L'apprenant se verra remettre un certificat de réalisation à la fin de la formation

Durée :

- 1 jour soit 7h00

Tarif :

- 220 € HT par participant

Calendrier :

- Nous consulter

Lieu :

- Dans les locaux AJF PERFORMANCE à Soissons

Qu'est ce que CANVA ?

- Comprendre son utilité
- Quelles possibilités
- Dans quelles conditions ?

Découverte de la plateforme

- Présentation de la page d'accueil
- Découverte des différents type de modèles et outils mis à disposition
- Comment démarrer un nouveau design ?

Prise en mains

- Démarrage d'un nouveau support visuel
- Cibler un modèle prédéfini ou créer le sien
- Savoir intégrer des éléments
- Intégrer un texte
- Importer une image ou une vidéo
- Apprendre à utiliser des raccourcis pour gagner du temps

Une question de créativité et de choix

- Mise en exercice permettant de développer sa créativité
- Apprendre à choisir les bonnes couleurs, les bonnes polices et les bonnes images
- Apprendre à harmoniser la totalité des éléments choisis afin de bien mettre en valeur son message
- Être capable de prendre du recul sur son support et de s'auto-évaluer

Jouer avec les détails

- Utilisation d'effets et de transitions pour dynamiser son support
- Ajouter du mouvement afin de rendre son support plus vivant
- Acquisition d'astuces pratiques

Exporter son support

- Connaître les différents formats de conversion
- Exporter son support
- Se préparer à la publication

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.

Objectifs pédagogiques :

Comprendre l'intérêt de la communication digitale
Comprendre le fonctionnement des divers réseaux sociaux et du site internet
Adapter sa communication selon la cible clientèle
Suivre l'impact de ses communications

Public concerné :

Toute personne souhaitant améliorer sa communication via les réseaux sociaux et en comprendre l'intérêt

Pré requis :

Maîtrise de l'outil informatique

Méthodes et moyens pédagogiques :

Transmission d'informations via des supports visuels
Echanges entre les participants et les apprenants
Mise en pratiques grâce à des études de cas
Retours d'expérience

Modalités d'évaluation :

Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques mais également grâce à un Quiz réalisé à la fin de la formation.

Validation :

L'apprenant se verra remettre une attestation de formation

Durée :

1 jour soit 7h00

Tarif : 220 € HT par personne

Calendrier : Nous Consulter

Lieu :

Dans les locaux d'AJF Performance

Communiquer autrement

Évolution des modes de communication
Intérêt du digital
Comprendre les nouveaux publics
Qu'est-ce qu'une Stratégie digitale ?

Présence en ligne et e-réputation

Diagnostic de sa présence en ligne
Définition de l'e-réputation
Prendre conscience de l'image renvoyée

Identification des types de communication digitale

Le site internet : dans quel but ?
Les réseaux sociaux : pourquoi les utiliser ?
Différences entre réseaux sociaux et site internet
Quels types de supports utiliser selon le public concerné ?
Comment adapter sa communication digitale à sa cible ?

Zoom sur LinkedIn

Pour quel public ?
Comment l'utiliser ?
Comment fonctionne l'algorithme ?
Quels sont les meilleurs créneaux horaires pour publier ?

Zoom sur Facebook

Pour quel public ?
Comment l'utiliser ?
Comment fonctionne l'algorithme ?
Quels sont les meilleurs créneaux horaires pour publier ?

Zoom sur Instagram

Pour quel public ?
Comment l'utiliser ?
Comment fonctionne l'algorithme ?
Quels sont les meilleurs créneaux horaires pour publier ?

Zoom sur Tik Tok

Pour quel public ?
Comment l'utiliser ?
Comment fonctionne l'algorithme ?
Quels sont les meilleurs créneaux horaires pour publier ?

Et les autres réseaux pourquoi les utiliser ?

You tube ?
Twitter ?

Trucs et astuces pour améliorer la visibilité :

L'intérêt des like, des partages, des hastags...
Les pièges à éviter
Différencier profil personnel et page
Utiliser des outils adaptés et simples pour réaliser des publications attractives

Suivre son audience :

Utiliser les outils de statistiques
Utiliser les outils de planification
Définir son plan de communication

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménagées pour les personnes en situation de handicap.

**Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)
N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.**

Objectifs pédagogiques :

- Développer son identité managériale et son leadership
- Développer la coopération dans l'équipe
- Développer l'autonomie et la responsabilisation des collaborateurs au quotidien
- Adapter son style de management en fonction des collaborateurs

Public concerné :

Tout salarié venant de prendre en mains la fonction de manager

Pré requis :

Avoir une fibre managériale

Méthodes et moyens pédagogiques :

Transmission d'informations via des supports powerpoint,

vidéos, documentations diverses

Mise en situation par des études de cas ou des jeux de rôles

Echanges avec les participants

Modalités d'évaluation :

Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques mais également grâce à un Quizz réalisé à la fin de la formation.

Validation :

L'apprenant se verra remettre une attestation de formation.

Durée :

2 journées de 7h00 soit 14H00

Tarif :

600 € HT par personne

Calendrier : Nous consulter

Lieu :

Dans les locaux d'AJF PERFORMANCE à Soissons

Les rôles et missions du manager

- Connaître son rôle, ses missions et ses responsabilités
- Comprendre les 3 principes de base du management, structurer et définir un cadre de travail, fixer des objectifs, communiquer
- Développer une expertise managériale, distinguer les compétences techniques et les compétences managériales
- Restituer l'importance et le rôle de l'humain dans la fonction managériale

Adapter son style de management aux situations et aux individus

- Les styles de management
- Les principes de base et les objectifs des différents styles de management
- Comprendre les limites de certains styles en termes d'efficacité
- Identifier son style
- Améliorer et adapter son style aux situations, contextes et collaborateurs

Le leadership

- Développer son autorité : les clés du leadership
- Obtenir l'adhésion des collaborateurs aux valeurs, décisions, projets et objectifs du service et de l'entreprise

Piloter, mobiliser et motiver l'équipe

- Identifier les critères de performance de son équipe
- Engager son équipe autour d'objectifs
- Développer et évaluer l'autonomie des collaborateurs
- Comprendre les moteurs de la motivation et de l'implication

Les bases pour gérer un conflit

- Identifier les différents types de conflits
- Savoir identifier comment sortir du conflit
- Maîtriser efficacement la gestion des conflits
- Assurer l'après conflit

Accompagner dans le changement

- Comprendre les différentes réactions vis-à-vis du changement
- Anticiper les impacts liés au changement
- Planification du changement et implication des équipes
- Gérer les résistances et accompagner dans le changement

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap.
Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier et gérer les conflits
- Comprendre le mécanisme d'apparition du stress
- Identifier ses sources de stress
- Comprendre le fonctionnement des émotions
- Connaître et appliquer des techniques pour mieux gérer son stress

Public concerné :

- Toute personne ayant besoin de mieux gérer son stress et des émotions afin de résoudre plus facilement les conflits.

Pré requis :

- Pas de pré requis particulier

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Transmission d'informations via des supports powerpoint, vidéos, documentations diverses
- Mise en situation par des études de cas ou des jeux de rôles
- Echanges avec le formateur, partage d'expériences

Modalités d'évaluation :

- Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques et un quizz sera réalisé en fin de formation

Validation :

- L'apprenant se verra remettre une attestation de formation

Durée :

- 14h00 soit 2 jours par participant

Tarif :

- 580 € HT par personne

Calendrier :

- Nous consulter

Lieu :

- Dans les locaux de AJF PERFORMANCE

Le + de cette formation : les cas pratiques réalisés le seront à partir de situations réelles rencontrées en entreprise

Définir et comprendre le stress :

- Définition du stress
- Les différentes formes de stress
- Le mécanisme d'apparition du stress
- Les conséquences liées au stress

Comprendre le fonctionnement des émotions :

- Qu'est ce que l'émotion ?
- Comprendre quelles sont ses compétences émotionnelles
- Quels sont les besoins derrière les émotions
- Comment gérer ses émotions
- Lien avec le stress
- Fonctionnement du mécanisme "pensée, émotion, action"
- Apprendre à exprimer ses émotions

Les jeux psychologiques dans la gestion de stress :

- Le triangle de Karpman
- La posture adulte

Les motivations et croyances au service du stress :

- Identifier les facteurs de motivations
- Comprendre ce qu'est une croyance et identifier ses propres croyances qu'elles soient aidantes ou limitantes

Gérer les situations conflictuelles sans stress :

- L'ensemble des étapes du conflit
- S'appuyer sur des faits lors de la situation conflictuelle
- Exprimer ses besoins et émotions
- S'affirmer sereinement grâce aux positions de vie ou à un comportement assertif

Prévenir le stress :

- Identifier les facteurs d'alerte
- Mettre en place les techniques d'apaisement : respiration, visualisation, ancrage, se recentrer sur le factuel
- Nourrir les émotions positives

Le + de la formation :

Mise en situation à partir de cas concrets vécus en entreprise et partagés par les participants

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.



Objectifs pédagogiques :

- Comprendre le mécanisme d'apparition du stress
- Identifier ses sources de stress
- Comprendre le fonctionnement des émotions
- Connaître et appliquer des techniques pour mieux gérer son stress

Public concerné :

- Toute personne souhaitant améliorer sa gestion du stress grâce à la gestion émotionnelle

Pré requis :

- Pas de pré requis particulier

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Transmission d'informations via des supports powerpoint, vidéos, documentations diverses
- Mise en situation par des études de cas ou des jeux de rôles
- Echanges avec le formateur, partage d'expériences

Modalités d'évaluation :

- Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques et un quizz sera réalisé en fin de formation

Validation :

- L'apprenant se verra remettre une attestation de formation

Durée :

- 07h00 soit 1 jour

Tarif :

- 290 € HT par personne

Calendrier :

- Nous consulter

Lieu :

- En entreprise ou dans les locaux de AJF PERFORMANCE

Le + de cette formation : les cas pratiques réalisés le seront à partir de situations réelles rencontrées en entreprise

Comprendre le fonctionnement des émotions :

- Qu'est ce que l'émotion ?
- Comprendre quelles sont ses compétences émotionnelles
- Quels sont les besoins derrière les émotions
- Comment gérer ses émotions
- Lien avec le stress
- Fonctionnement du mécanisme "pensée, émotion, action"
- Apprendre à exprimer ses émotions

Définir et comprendre le stress :

- Définition du stress
- Les différentes formes de stress
- Le mécanisme d'apparition du stress
- Les conséquences liées au stress

Prévenir le stress :

- Identifier les facteurs d'alerte
- Mettre en place les techniques d'apaisement : respiration, visualisation, ancrage, se recentrer sur le factuel
- Nourrir les émotions positives

Mise en pratique :

- Exercice pratique sur la gestion émotionnelle
- Exercice sur les sources de stress
- Jeu de rôles sur des situation de stress

Les + de la formation :

Mise en situation à partir de cas concrets vécus en entreprise et partagés par les participants

Formation réalisée de manière ludique

Formation basée sur la réflexion personnelle

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménagées pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.

Atelier Prise de conscience : Accompagnement du manager et Valeurs de l'entreprise En inter-entreprises

Objectifs pédagogiques de cet atelier :

- Amener à la prise de conscience des managers de l'importance d'accompagner les équipes
- Amener les équipes à communiquer
- Fédérer les équipes autour des valeurs de l'entreprise

Public concerné :

- Toute personne ayant une fonction de manager en entreprise peu importe la taille de l'équipe

Pré requis :

- Exercer la fonction de manager

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Transmission via des supports numériques.
- Mise en situation par des jeux.
- Echanges et debrief avec les participants.

Modalités d'évaluation :

- Les acquis de la prise de conscience se feront lors du débrief suite à la mise en situation

Validation :

- L'apprenant se verra remettre un certificat de réalisation

Durée :

- 1 demi-journée soit 3.5h
- En groupe de 6 à 12 personnes en inter-entreprises

Tarif :

- Selon devis

Calendrier :

- Nous consulter

Lieu :

- Au sein des locaux AJF Performance

CONTENU DE L'ATELIER

1ère phase :

- Introduction et présentation du concept
- Rappel des règles fondamentales de respect et bienveillance
- Distribution des rôles de chacun
- Transmission des consignes à chaque participant selon le rôle attribué

2ème phase :

- Division en plusieurs groupes de 2 à 3 personnes
- Mise en situation par des activités ludiques mettant en oeuvre la cohésion, la communication, la réflexion et les valeurs de l'entreprise
- Réalisation des épreuves et énigmes

3ème phase :

- Débrief sur la situation vécue et partage des ressentis des divers participants
- Retour avec le formateur sur le lien avec l'accompagnement des managers au quotidien
- Retour sur les valeurs de l'entreprise, quelles sont elles ? Comment sont-elles vécues au quotidien ?...

4ème phase :

- Définition du plan d'actions individuel : "Quelle(s) action(s) de changement je mets en oeuvre dès demain dans ma manière de manager pour mieux accompagner les équipes et les fédérer autour des valeurs de l'entreprise?"
- Clôture de l'atelier

Informations nécessaires en amont de la formation :

- Connaître les axes d'amélioration des managers pour cibler ces points lors des débrief
- Connaître les valeurs de l'entreprise afin d'adapter l'atelier sur les valeurs de celles-ci

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménageables pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.

Objectifs pédagogiques :

Le sauveteur Secouriste du travail doit être capable :

- D'intervenir efficacement face à une situation d'accident et, dans le respect de l'organisation de l'entreprise et des procédures spécifiques fixées en matière de prévention, de mettre en application ses compétences au profit de la santé et sécurité au travail.

- Développer ses compétences en matière de prévention.

Public concerné :

- Tout public

Pré requis :

- Pas de pré requis

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Transmission d'informations via des supports powerpoint, vidéos, documentations diverses
- Mise en situation par des études de cas et cas pratiques
- Echanges avec le formateur, partage d'expériences

Modalités d'évaluation :

- Les acquis de la formation seront évalués tout au long de la formation lors des mises en pratiques et un quizz sera réalisé en fin de formation. Une épreuve certificative sera réalisée afin de valider l'acquisition des compétences nécessaires à l'obtention du certificat SST de l'INRS

Validation :

- L'apprenant se verra remettre une attestation de formation et une carte SST en cas de réussite à l'épreuve certificative

Durée :

- 14h00 soit 2 jours

Tarif :

- 275 € HT par personne

Calendrier :

- Nous consulter

Lieu :

- Dans les locaux de AJF PERFORMANCE à Soissons

DOMAINE DE COMPETENCE 1

Intervenir face à une situation d'accident du travail

1. Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise

- 1.1. Identifier le cadre juridique du rôle du SST
- 1.2. Délimiter son champ d'intervention en matière de secours

2. Protéger de façon adaptée

- 2.1. Mettre en œuvre les mesures de protection décrites dans le processus d'alerte aux populations
- 2.2. Identifier les dangers persistants et repérer les personnes qui pourraient y être exposées.
- 2.3. Supprimer ou isoler le danger persistant, ou soustraire la victime au danger sans s'exposer soi-même

3. Examiner la victime

- 3.1. Rechercher, suivant un ordre déterminé, la présence d'un (ou plusieurs) des signes indiquant que la vie de la victime est menacée
- 3.2. Reconnaître les autres signes affectant la victime
- 3.3. Prioriser les actions à réaliser en fonction des signes décelés et du résultat à atteindre

4. Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime

- 4.1. Définir les différents éléments du message d'alerte
- 4.2. Identifier qui alerter en fonction de l'organisation des secours dans l'entreprise
- 4.3. Faire alerter par la personne la plus apte ou alerter soi-même

5. Secourir la victime de manière appropriée

- 5.1. Choisir à l'issue de l'examen l'action ou les actions à effectuer
- 5.2. Réaliser l'action ou les actions choisie(s) en respectant la conduite à tenir indiquée dans le guide des données techniques
- 5.3. Surveiller, jusqu'à la prise en charge de la victime par les secours spécialisés, l'amélioration ou l'aggravation de son état et adapter sa conduite si besoin

DOMAINE DE COMPETENCES 2

Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise

6. Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise

- 6.1. S'approprier les enjeux de la prévention pour en situer l'importance dans son entreprise
- 6.2. Se positionner comme un des acteurs de la prévention dans son entreprise

7. Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail

- 7.1. Repérer des dangers et informer les personnes qui pourraient y être exposées
- 7.2. Déterminer les risques et leurs dommages potentiels

8. Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention

- 8.1. Supprimer ou à défaut réduire les risques sur lesquels il est possible d'agir directement
- 8.2. Transmettre aux personnes en charge de la prévention les éléments liés à toute situation dangereuse
- repérée
- 8.3. Proposer, si possible, des pistes d'amélioration

Nos formateurs sont sensibilisés à l'accueil et à l'orientation des publics en situation de handicap. Quelle que soit votre situation de handicap, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé afin de vous assurer du meilleur déroulement possible de votre formation.

Nos formations sont accessibles et aménagées pour les personnes en situation de handicap.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite (PMR)

N'hésitez pas à nous contacter pour évaluer les aménagements possibles.