



L'offre formation de
Carpe Diem Evolution



*Améliorez votre cohésion d'équipe
avec la communication consciente*

FORMATION
1 JOURNÉE
Sébastien Fitamant,
CARPE DIEM

AMÉLIOREZ VOTRE COHÉSION D'ÉQUIPE AVEC LA COMMUNICATION CONSCIENTE

AU PROGRAMME...

- Une journée de formation dédiée à la communication consciente.
- Un formateur spécialiste de la cohésion d'équipe, du management et de la communication.
- Un format équilibrant théorie, cas concrets et exercices.
- Un état d'esprit convivial et ludique pour une meilleure expérience apprenante.
- Des clés pratiques pour une application simple et rapide.

OBJECTIF DE LA JOURNÉE

PRENDRE CONSCIENCE QUE...

- Plus on est conscient de soi, de ceux avec qui on interagit et du contexte dans lequel on évolue, mieux on connaît notre relation aux autres et aux objectifs communs.
- Mieux on connaît ces relations, mieux on communique dans un groupe.
- Meilleure est la communication dans le groupe, meilleurs sont le bien-être des collaborateurs et la performance de l'équipe.

DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

9h00 – 9h20 / *Accueil – Connexion*

9h20 – 9h35 / *Présentations dynamiques*

9h35 – 10h30 / *Coordination du groupe*

10h30- 11h00 / *Moi, ma place, mon rôle, mon ego
et mon rapport aux autres (1^{ère} partie)*

11h00-11h20 / *Pause*

11h20-12h30 / *Moi, ma place, mon rôle, mon ego
et mon rapport aux autres (2^{ème} partie)*

12h30-14h00 / *Déjeuner*

14h00-14h20 / *Remise en énergie*

14h20 – 15h45 / *Observer, écouter, s'exprimer –
1ère partie « Observation et interprétation »*

15h45 – 16h00 / *Pause*

16h00 – 17h00 / *Observer, écouter, s'exprimer –
2ème partie « OSBD et formulation »*

17h00-17h30 / *Conclusion*

POUR QUI ?

- De 6 à 15 participants. Au-delà de 15 participants, formule sur-mesure.
- Toute organisation sociale, tout groupe social.

EN ENTREPRISE :

- Un manager et son équipe.
- Une équipe de collaborateurs.
- Des managers entre pairs (la journée est alors plus orientée « management »).

FORMATS

La journée Com & Co peut se décliner en plusieurs formules :

- Formule ½ journée : « Introduction à la communication consciente »
- Formule 2 jours : « Découverte et approfondissement »

Vous avez un projet dans lequel vous voudriez mettre de la cohésion d'équipe ?

Parlons-en ! En fonction de votre cahier des charges et de vos objectifs, je vous proposerai une formule sur-mesure.

BUDGET

FORMULE INTER-ENTREPRISES

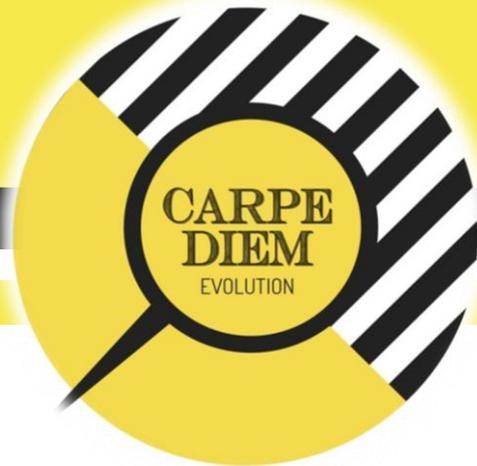
*Une journée dans un lieu de séminaire avec des participants de différentes entreprises.
Demander la programmation à sebastien@carpediem-evolution.com ou la consulter sur la page LinkedIn de CARPE DIEM EVOLUTION*

- 325 € HT par participant à la journée
- Repas du midi à la charge du participant

FORMULE INTRA-ENTREPRISE

Une journée dans votre entreprise avec vos équipes uniquement.

- Frais de déplacement à votre charge (frais kilométriques ou billets de train, restauration, hébergement éventuel).
- Mise à disposition d'une salle de réunion et restauration à votre charge
- De 6 à 15 participants : 1 500,00 € HT la journée
- *Au-delà de 15 participants, formule sur-mesure à étudier selon la typologie du public et le nombre de participants.*



*Améliorez votre cohésion d'équipe
avec la communication consciente*

CONTACT

Sébastien Fitamant

CARPE DIEM

Tel : 07 70 19 90 48

sebastien@carpediem-evolution.com

