

FORMATIONS LINGUISTIQUES :

- Allemand débutant
- Allemand intermédiaire
- Allemand des Affaires
- Anglais débutant
- Anglais intermédiaire
- Anglais des Affaires
- Français Langue Étrangère

FORMATIONS MANAGÉRIALES :

- La gestion du stress
- La gestion des conflits
- La gestion du temps
- La gestion des réunions
- La création d'entreprise
- Le management interculturel

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX :

- Prix Entreprises & CPF
 - Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.
- Nos formations sont éligibles CPF

INTERVENANTS :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résidant en France et en Allemagne / Formateurs anglophones et germanophones indépendants

SYNERGY PREMIUM BUSINESS SAS

... vous propose des prestations toujours personnalisées en France et dans les espaces francophone et germanophone européens avec des formateurs expérimentés qui exercent une activité professionnelle indépendante en complément de la formation.

NOS FORMATIONS

Notre centre de formation continue met-notamment dans le cadre du DIF- son expérience professionnelle à la disposition des entreprises, principalement dans les domaines :

FORMATIONS „LANGUES“ dont :

- Allemand
- Anglais
- Français LVE

FORMATIONS „MANAGEMENT“ dont :

- Management Interculturel
- La gestion du stress
- La gestion des conflits
- La gestion du temps et de l'organisation du travail
- La gestion des réunions ...

FORMATION „CREATION D'ENTREPRISE “

Nous recommandons la souscription simultanée des formations complémentaires proposées par notre Centre, dont en particulier :

- Le module „gestion du stress“
- Le module „gestion du temps et organisation du travail“
- Le module „gestion des réunions“
- Le module „gestion des conflits“

(conditions préférentielles pour toute souscription de 2 modules et +)

NOS AVANTAGES

Outre leur niveau de connaissances, nos formateurs disposent impérativement d'une expérience pratique réussie dans leur domaine de formation.

- Dans le domaine linguistique, des formations gérées par des animateurs „native speaker“.
- Dans le domaine managérial, des formations systématiquement „proches du terrain“.

En France, notre centre intervient également pour compte d'établissements de l'enseignement supérieur dans la formation d'étudiants.

Enfin :

- notre double compétence „Centre de Formation“ et Société de conseil“,
 - l'orientation internationale de notre double activité (espaces francophone et germanophone européens)
 - l'importance accordée par notre Centre à l'accompagnement de votre entreprise dans l'élaboration de son plan de formation
- constituent les meilleures garanties de notre efficacité.

RENSEIGNEMENTS

Nathalie GILGER- MULLER
Directrice Générale – Formatrice référente
Tél. : 09 67 46 97 83
Mail : synergypb@orange.fr

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs anglophones disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture anglophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Le groupe nominal

- l'article déterminé et indéterminé au singulier et au pluriel
- le genre et le nombre
- les pronoms personnels, démonstratifs et possessifs
- les pronoms relatifs et réfléchis
- les adverbes, prépositions et conjonctions

Le groupe verbal

- la conjugaison des verbes faibles
- la conjugaison des verbes irréguliers
- les auxiliaires
- les temps simples et composés
- les verbes de modalités

La syntaxe

- la formation de la phrase anglaise
- le complément de lieu
- les phrases interrogatives
- les phrases négatives
- les formules de politesse

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général :** acquérir l'ensemble des bases grammaticales anglaises
- **Compréhension :** repérer les mots clés d'un dialogue ou d'un texte simple, afin de pouvoir en reconstituer l'idée
- **Expression :** parler d'un événement qui a lieu dans le présent ou s'est déroulé dans le passé. Décrire un objet ou une image. Mener une discussion simple et donner son avis

Ce niveau de formation est certes destiné à vous enseigner les bases de la langue anglaise. Notre défi est toutefois de vous permettre dès l'issue de cette formation de vous exprimer à l'écrit et de tenir une conversation standard avec un interlocuteur anglais.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs anglophones disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture anglophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Exercices d'amélioration de la compréhension orale

Comprendre un dialogue (en situation réelle ou enregistrée), faisant appel à des structures relativement élaborées

Exercices d'amélioration de la compréhension écrite

Comprendre le récit d'un fait divers, le résumé et commentaire d'un article de presse

Exercices d'amélioration de l'expression orale

- parler de ses projets personnels et professionnels
- exprimer ses sentiments, préférences, goûts et opinions
- exprimer le souhait, le regret, l'intention, la crainte, le désir
- donner son opinion, son avis, exprimer l'accord et le désaccord

Approfondissement des bases grammaticales

- les temps simples et composés du verbe (prétérit, parfait, plus-que-parfait)
- les temps continus
- le futur et le conditionnel
- les phrases affirmatives, négatives et interrogatives
- les constructions de phrases

Enrichissement du vocabulaire

Thèmes lexicaux abordés : la vie courante, le travail, les loisirs, les voyages, ...

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général :** se perfectionner en grammaire anglaise
- **Compréhension :** repérer les mots clés d'un dialogue ou d'un texte simple, afin de pouvoir en reconstituer l'idée
- **Expression :** savoir se débrouiller dans la vie courante
 - (se présenter, acheter, se déplacer, sortir...)
 - faire une présentation, un discours, une intervention professionnelle
 - émettre des idées, exprimer son point de vue
 - formuler une obligation, un besoin, une possibilité, une intention
 - maîtriser les expressions idiomatiques les plus courantes

Le but de cette formation est de vous faire acquérir une aisance dans la compréhension de la langue et une fluidité dans l'expression. Vous pourrez ainsi atteindre un niveau de langue vous permettant d'engager une conversation courante ou professionnelle en anglais dans un pays anglophone.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs anglophones disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture anglophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Mises en situation

- exercices de perfectionnement oral en situation courante et professionnelle (entretien professionnel en anglais, etc...)

Perfectionnement grammatical

- reprise des fautes apparaissant dans la pratique orale ou écrite courante
- rappels des grandes règles grammaticales et/ou des structures complexes posant problème au stagiaire

Perfectionnement à l'anglais écrit professionnel

- travail écrit en reprenant les documents de travail du stagiaire pour analyser les fautes et les améliorations à apporter à l'anglais écrit professionnel

Enrichissement du vocabulaire

- thèmes lexicaux techniques liés au secteur d'activité du stagiaire....

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général** : perfectionnement personnalisé selon les axes d'amélioration du stagiaire
- **Compréhension** : amélioration de la fluidité d'expression orale par des exercices de conversation
- **Expression** : perfectionnement dans la rédaction de documents écrits courants ou professionnels

Cette formation est personnalisée selon les besoins spécifiques du stagiaire : langage courant, anglais professionnel, vocabulaire spécifique au secteur d'activité... Tout est fait pour que le stagiaire soit rapidement opérationnel et que son niveau de langue lui permette une réelle amélioration de son efficacité.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs germanophones natifs et disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture germanophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Le groupe nominal

- l'article déterminé et indéterminé au singulier et au pluriel
- le genre et le nombre
- les déclinaisons
- les pronoms personnels, démonstratifs et possessifs
- les pronoms relatifs et réfléchis
- l'attribut
- les adverbes, prépositions et conjonctions

Le groupe verbal

- la conjugaison des verbes faibles
- la conjugaison des verbes irréguliers
- les verbes à particules séparables
- les auxiliaires
- les temps simples et composés
- les verbes de modalités

La syntaxe

- la formation de la phrase allemande
- la négation
- les subordonnées
- le complément de lieu

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général** : acquérir l'ensemble des bases grammaticales allemandes
- **Compréhension** : repérer les mots clés d'un dialogue ou d'un texte simple, afin de pouvoir en reconstituer l'idée
- **Expression** : parler d'un événement qui a lieu dans le présent ou s'est déroulé dans le passé. Décrire un objet ou une image. Mener une discussion simple et donner son avis

Ce niveau de formation est certes destiné à vous enseigner les bases de la langue allemande. Notre défi est toutefois de vous permettre dès l'issue de cette formation de vous exprimer à l'écrit et de tenir une conversation standard avec un interlocuteur allemand.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs germanophones natifs et disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture germanophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Exercices d'amélioration de la compréhension orale

Comprendre un dialogue (en situation réelle ou enregistrée), faisant appel à des structures relativement élaborées

Exercices d'amélioration de la compréhension écrite

Comprendre le récit d'un fait divers, le résumé et commentaire d'un article de presse

Exercices d'amélioration de l'expression orale

- parler de ses projets personnels et professionnels
- exprimer ses sentiments, préférences, goûts et opinions
- exprimer le souhait, le regret, l'intention, la crainte, le désir
- donner son opinion, son avis, exprimer l'accord et le désaccord

Approfondissement des bases grammaticales

- les temps simples et composés du verbe (prétérit, parfait, plus-que-parfait)
- les déclinaisons
- le subjonctif II
- les propositions relatives
- les constructions de phrases

Enrichissement du vocabulaire

Thèmes lexicaux abordés : la vie courante, le travail, les loisirs, les voyages, ...

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général** : se perfectionner en grammaire allemande
- **Compréhension** : repérer les mots clés d'un dialogue ou d'un texte simple, afin de pouvoir en reconstituer l'idée
- **Expression** : savoir se débrouiller dans la vie courante
 - (se présenter, acheter, se déplacer, sortir...)
 - faire une présentation, un discours, une intervention professionnelle
 - émettre des idées, exprimer son point de vue
 - formuler une obligation, un besoin, une possibilité, une intention
 - maîtriser les expressions idiomatiques les plus courantes

Le but de cette formation est de vous faire acquérir une aisance dans la compréhension de la langue et une fluidité dans l'expression. Vous pourrez ainsi atteindre un niveau de langue vous permettant d'engager une conversation courante ou professionnelle en allemand dans un pays germanophone.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tous publics

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 20H

- Intensif : 5 demi-journées par semaine
- Semi-intensif : 3 demi-journées par semaine
- Extensif : 1 demi-journée ou deux séances de 2 heures par semaine

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.350 € HT
- CPF : 1.150 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANTS :

Formateurs germanophones natifs et disposant d'une large expérience de la formation, de la langue enseignée, ainsi que de la culture germanophone.

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Mises en situation

- exercices de perfectionnement oral en situation courante et professionnelle (entretien professionnel en allemand, etc...)

Perfectionnement grammatical

- reprise des fautes apparaissant dans la pratique orale ou écrite courante
- rappel des grandes règles grammaticales et/ou des structures complexes posant problème au stagiaire

Perfectionnement à l'allemand écrit professionnel

- travail écrit en reprenant les documents de travail du stagiaire pour analyser les fautes et les améliorations à apporter à l'allemand écrit professionnel

Enrichissement du vocabulaire

- thèmes lexicaux techniques liés au secteur d'activité du stagiaire....

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Général** : perfectionnement personnalisé selon les axes d'amélioration du stagiaire
- **Compréhension** : amélioration de la fluidité d'expression orale par des exercices de conversation
- **Expression** : perfectionnement dans la rédaction de documents écrits courants ou professionnels

Cette formation est personnalisée selon les besoins spécifiques du stagiaire : langage courant, allemand professionnel, vocabulaire spécifique au secteur d'activité... Tout est fait pour que le stagiaire soit rapidement opérationnel et que son niveau de langue lui permette une réelle amélioration de son efficacité.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et test de niveau
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Une pratique opérationnelle et une acquisition de réflexes
- Alternance de cours, exercices, mises en situation et discussions en face à face.
- Intégration de supports pédagogiques tels qu'articles de presse, supports audio, vidéos, documents personnels du stagiaire
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Toute personne désireuse d'améliorer son efficacité professionnelle et/ou animant, organisant, participant régulièrement à des réunions, en particulier cadres, managers d'équipe, chefs de projets, assistant(e)s de direction souhaitant se perfectionner dans le pilotage de réunions.

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 2 jours

- 14h de formation
- 2h de travaux préparatoires + suivi

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.250 € HT
- CPF : 975 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résident en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Le diagnostic historique des réunions

- Faire le point sur son expérience de réunions : degré d'efficacité, non-productivité, etc...
- Faire le point sur son rôle d'animateur de réunions : points forts, points d'amélioration, incertitudes, etc...
- Faire le point sur le comportement des participants : concentration, échanges de vues, etc...

La notion de réunion

- Les différents types de réunion, leurs principales phases et leurs objectifs
- Le degré d'opportunité des réunions dans l'organisation de travail
- Le degré d'utilité des réunions dans le contexte professionnel du collaborateur

La préparation des réunions

- Les rôles et limites d'une réunion, la prévention contre la „réunionnite“
- Les objectifs, le cercle de participants, l'ordre du jour, la durée
- Le parcours de réunion, sa forme matérielle et ses contenus
- L'objectif de communication : positif, réalisable, atteignable, mesurable

L'animation des réunions

- Les règles de conduite d'une réunion en temps réel
- Le pilotage strict des différentes étapes de réunion et leurs exigences
- Gérer son rôle d'animateur et le groupe de participants, en particulier les participants „difficiles“

La réalisation des objectifs de réunion

- Animateur : Maîtriser les comportements et les techniques de communication adaptés au leadership
- Participants : Savoir être co-responsables du bon déroulement et du succès des réunions
- Animateur et Participants : l'art d'intervenir au bon moment dans une orientation résultat

La gestion de réunions complexes

- Prévoir le degré de complexité des réunions
- Savoir arbitrer des réunions complexes
- Atteindre la prise de décision en réunions complexes

La validation et le suivi des réunions

- Assurer les synthèses d'étape et la synthèse globale
- Savoir conclure, valider et formaliser les points-clés de la réunion
- Veiller au rappel et à la diffusion des décisions prises
- Organiser l'échéancier et la mise en œuvre des décisions prises

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation permet, tant aux animateurs qu'aux participants, d'acquérir les outils, techniques et méthodes visant à :

- préparer efficacement les réunions
- animer avec aisance tous types de réunions
- obtenir la participation active des membres du groupe
- définir une stratégie pour atteindre les résultats planifiés en réunion

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Tout personnel dont la gestion du temps et l'organisation sont à optimiser et/ou souhaitant gérer son temps de façon stratégique

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 2 jours

- 14h de formation
- 2h de travaux préparatoires + suivi

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.250 € HT
- CPF : 975 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résident en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

La notion de temps

- Les principales caractéristiques du temps
- Les 3 types de temps
- Les 6 lois du temps

La relation personnelle au temps

- Les conceptions personnelles du temps
- Les signaux et les conséquences d'une mauvaise gestion du temps
- L'analyse du journal de bord : une journée / une semaine-type
- Les définitions de votre rôle, de vos missions, de vos objectifs professionnels, sociaux, personnels
- Les règles d'or de la gestion du temps
- Les grands principes d'organisation du temps
- Les principaux outils de gestion du temps

La recherche d'une gestion efficace du temps

- La définition des objectifs et la structuration des actions
- Le développement des notions de valeur ajoutée et de haut rendement
- Le recours à la liste des tâches et aux critères U. + I. + D.
- La visualisation du temps - le PERT et le GANTT
- La planification de la journée - la méthode NERAC
- La programmation de l'emploi de temps - la méthode FRAME
- L'amélioration critique de la situation - la méthode DESC

L'optimisation de la gestion du temps par l'organisation personnelle

- Les bases d'une planification et d'une organisation stratégiques
- Le mapping des responsabilités
- L'action immédiate
- La gestion des interruptions
- Le regroupement des tâches

L'optimisation de la gestion du temps par l'organisation matérielle

- Les outils bureautiques
- L'ergonomie du bureau
- La gestion informatique / la gestion papier

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Établir un diagnostic quantitatif et qualitatif de sa gestion actuelle du temps par rapport aux objectifs et priorités de son poste, incluant le repérage des sources de dysfonctionnement et la détermination d'axes prioritaires d'amélioration
- Savoir identifier, maîtriser, sélectionner et intégrer ses outils, techniques, méthodes de gestion du temps afin d'améliorer notablement l'efficacité de son action
- Optimiser son efficacité personnelle en favorisant l'anticipation par l'organisation et la planification et en utilisant concrètement des outils d'organisation personnelle
- Mieux utiliser ses compétences et son expérience en vue de satisfaire ses objectifs professionnels et privés

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Toute personne qui souhaite comprendre les mécanismes d'un conflit et maîtriser les outils permettant de faire face à des situations conflictuelles.

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 2 jours

- 14h de formation
- 2h de travaux préparatoires + suivi

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.250 € HT
- CPF : 975 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résidant en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Comprendre les causes & mécanismes des conflits

- La définition et les caractéristiques du conflit
- Les origines et la typologie des conflits
- La prise de conscience de son rôle dans le conflit

Mieux se connaître et mieux connaître les autres

- Le fonctionnement mental et les 6 émotions de base
- Les comportements physiques générateurs de tension
- Les différences entre personnes et les modes de fonctionnement dans les relations interpersonnelles

Savoir prévenir & anticiper « l'avant-conflit »

Définition et principales caractéristiques des 5 phases du processus „conflit“

- La phase de prémices
- La phase de divergence latente
- La phase d'agitation
- La phase de contestation
- La phase de conflit déclaré

Concevoir une démarche de résolution du conflit

- Se situer dans le processus de conflit
- Différentes réponses au conflit potentiel
- Différents outils disponibles pour la résolution du conflit

Résoudre le conflit ouvert

- La négociation
- La médiation
- La conduite du „combat“
- La communication et les échanges
- La gestion du stress

Conclure « l'après-conflit »

- La formalisation de la fin de conflit
- La capitalisation des acquis
- L'amélioration des pratiques

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation a pour objectifs :

- **globaux** : de présenter les outils et les démarches pour prévenir et anticiper les conflits ou les maîtriser au cas où ils n'auraient pu être évités, gérer l'après-conflit, éviter leur répétition mais également capitaliser les bonnes pratiques pour améliorer la gestion des conflits et crises par la recherche d'une solution „gagnant / gagnant“
- **individuels** : d'amener chaque participant à :
 - développer son intelligence comportementale dans la gestion de conflits pour adapter son comportement et désamorcer les situations conflictuelles,
 - reconnaître sa sphère d'influence pour traiter le conflit,
 - participer à la construction d'une synergie pour coopérer dans la durée au sein de l'entreprise.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

TYPLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Toute personne souhaitant faire le point et améliorer sa gestion personnelle du stress.

Tout manager qui souhaite prévenir le stress au travail et/ou encadre des collaborateurs stressés.

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 2 jours

- 14h de formation
- 2h de travaux préparatoires + suivi

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.250 € HT
- CPF : 975 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résident en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél : 09 67 46 97 83

PROGRAMME DE LA FORMATION

Mieux comprendre le stress

- La définition du stress
- Les symptômes et les effets bénéfiques et néfastes du stress
- La géographie humaine du stress

Définir et analyser les situations stressantes

- Les 3 phases du stress
- L'identification des facteurs stressants en milieu professionnel (individuel, entreprise)
- L'identification des facteurs stressants hors champ professionnel (privé, relationnel, social, institutionnel)

Identifier ses situations de stress

- La découverte de soi face au stress
- Les comportements prédisposant au stress
- Comment mesurer son stress et sa résistance au stress

Gérer efficacement son stress

- Les techniques de gestion du stress
- Les stratégies comportementales compensatrices - „S.C.C.“
- Les stratégies d'adaptation - „S.G.A.“
- L'évaluation de ses propres stratégies de lutte contre le stress

Gérer efficacement le stress de ses collaborateurs

- Comment veiller aux comportements de son équipe face au stress ?
- Comment évaluer le stress d'un collaborateur, en identifier les causes et en mesurer les conséquences ?
- Comment accompagner efficacement un collaborateur stressé ?

Assurer une prévention constante du stress

- Les principales méthodes pour évacuer son stress
- Tour d'horizon des méthodes complémentaires
- De la conception à l'action : conception d'un plan d'action individuel

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette formation permet :

- de comprendre le stress et d'analyser son mode de fonctionnement
- d'apprendre les techniques de prévention et de gestion du stress
- de construire son programme individuel de gestion du stress
- d'avoir la capacité d'interagir sur le stress des autres.

Elle présente l'originalité d'intégrer en continu les participants sous diverses formes :

- préoccupations individuelles relatives à un ou plusieurs thèmes du séminaire
- questions individuelles non résolues
- situations individuelles nécessitant la validation de réponses adaptées
- tous cas concrets pouvant faire l'objet d'une réflexion en commun pendant le séminaire + d'un entretien en privé avec l'intervenant durant les 2 jours de formation + d'une analyse individuelle post-formation.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Manager confirmés / expatriés impliqués dans les relations internationales

PRÉ - REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME : 2 jours

- 14h de formation
- 2h de travaux préparatoires + suivi

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.450 € HT
- CPF : 1.175 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résidant en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Module 1 : Définitions du management interculturel

- Les multiples définitions de la culture
- Les différentes notions de « démarche culturelle »
- Du multicultural à l'interculturel
- La compétence interculturelle

Module 2 : Votre profil de manager

- Rôles et missions du manager
- Le savoir – faire de votre fonction
 - Style relationnel – communication et culture du pays
 - Les composantes du management interculturel

Module 3 : Les relations managériales intelligentes

- Critères discriminants / critères de comparaison
- Adapter ces critères en fonction du collaborateur concerné
- Relations à 306°
 - Type de management
 - Type de motivation
 - Gestion des conflits
- Comprendre les particularismes du management interculturel

Module 4 : Communication : à qui parlez-vous ?

- Intégrer les types de communication
- Identifier et intégrer la différence de communication
- Culture, protocole, étiquette et style de vie

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les mécanismes du management interculturel
- Acquérir la culture sociale et professionnelle
- Comprendre ses collaborateurs étrangers dans l'exercice quotidien du travail

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos

TYPLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Toute personne planifiant un projet concret de création d'entreprise.

PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME :

Au choix

- sur 3 jours ou par module
- ou sur mesure

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.950 € HT
- CPF : 1.450 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résidant en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Module 1 : De l'idée au projet

- La méthodologie de gestion d'une initiative de création et de lancement d'un projet d'entreprise
- Les études d'opportunité, de faisabilité et de validation d'une idée d'entreprise
- La définition du projet : contraintes, risques, spécificités, environnement, etc.

Module 2 : Du projet à l'action

- Introduction à la création d'entreprise et définition du business-plan
- La méthodologie d'élaboration d'un business-plan
- La présentation du dossier en fonction des parties composantes du business-plan (stratégiques/humaines/techniques/commerciales/financières)
- Les différentes hypothèses d'activité à prévoir
- La conception et l'analyse des matrices stratégiques : BCG, SWOT, etc
- Les 7 principale clés du succès
- Les 10 principales causes d'échec

Module 3 : Approche réglementaire

- Les formalités administratives de la création d'entreprise
- Les principales formes juridiques pour entreprendre (avantages / inconvénients + incidences sur la situation personnelle du chef d'entreprise)
- Les principaux régimes sociaux et fiscaux des entreprises
- La protection sociale du chef d'entreprise
- Les obligations en matière de droit des contrats et droit du travail
- Les principales modalités d'implantation de l'entreprise

Module 4 : Approche commerciale

- L'étude de marché quantitative et qualitative préalable à la création d'entreprise
- La veille concurrentielle et le positionnement économique
- La démarche marketing du projet
- La conception et la mise en œuvre des actions commerciales
- La préparation des supports commerciaux
- Conseils pour une prospection réussie « clients + fournisseurs »
- 1er pas ... commercial = Vendre son projet à ses investisseurs !

Module 5 : Approche financière

- Les grands principes du fonctionnement comptable (Compte de résultat + bilan etc)
- Les contraintes financières (BFR, CAF, FG, notions de point mort + centre de profit etc)
- Les tableaux de bord liés à la stratégie financière de la future entreprise (Plan de financement à 3 ans, de trésorerie à 1 an, estimation du CA prévisionnel, indicateurs, ratios, etc)
- La relation avec les banquiers et les investisseurs
- Les différents moyens et les différentes sources de financement (banques, investisseurs, aides)

Module 6 : Approche managériale

- Définir les éléments généraux de management : type de créateur ? exigences de la création ? analyse des écarts
- Connaître les grands principes de gestion d'une équipe : recrutement, mobilisation, négociation avec le personnel
- Développer la communication et les outils simples d'animation d'équipe : fixation d'objectifs, plans d'actions, prise de parole en public, etc.
- Concevoir une stratégie d'entreprise et une politique de développement maîtrisé
- Veiller à l'adéquation des ressources et des besoins et aux « détails vitaux » : développement durable, assurances, risques, échéances, contrôle des marges et des coûts, etc.

Module 7 : Analyse personnalisée

Opportunité offerte à chaque participant de présenter individuellement son projet d'entreprise et d'en analyser les forces et faiblesses avec l'intervenant. (Durée : 2 heures / personne)

OBJECTIFS DE LA FORMATION

TYPOLOGIE :

Éligible CPF - Formation individuelle ou en groupes de 5 à 10 participants max. afin de cumuler les avantages d'une formation personnalisée et d'une dynamique de groupe.

PUBLIC : Toute personne planifiant un projet concret de création d'entreprise.

PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE/ RYTHME :

Au choix

- sur 3 jours ou par module
- ou sur mesure

LIEU : Intra- / Inter-entreprises

PRIX DE BASE :

- Entreprise : 1.950 € HT
- CPF : 1.450 € HT

Conditions préférentielles en fonction du nombre de participants et/ou du nombre de formations souscrites.

INTERVENANT :

Gérant fondateur de société de conseil / Consultant international en stratégie d'entreprise / Coach de créateurs d'entreprise „Business-Angel“/ Ancien cadre dirigeant responsable d'un réseau bancaire à l'étranger / Conférencier auprès de CCI et d'écoles de commerce / Résidant en France et en Allemagne

RENSEIGNEMENTS :

Nathalie GILGER – MULLER
Directrice Générale
Tél. : 09 67 46 97 83
synergypb@orange.fr

Cette formation a pour objectifs :

- d'aider les porteurs de projet à accroître leur chance de succès au moment de la création d'entreprise et dans les premières années de lancement
- d'améliorer dès création les capacités de management
- maîtriser les outils indispensables de pilotage et de gestion du développement stratégique de l'entreprise.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Diagnostic pré-formation et travaux préparatoires
- Apports théoriques et pratiques + conseils personnalisés de l'intervenant
- Exercices individuels ou en groupe tenant compte de la pratique des participants
- Table ronde, réflexions partagées
- Fiche méthodes
- Plan d'action Individuel
- Intégration de supports pédagogiques vidéos
- Attestation des acquis remise au participant en fin de formation