

# CATALOGUE DE FORMATIONS

**Management  
& Leadership**

**Développement  
personnel**



# CATALOGUE DE FORMATIONS

## TECHNIQUES DE COMMUNICATION | PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Maitriser le langage du corps et la puissance des mots

Rédiger un discours impactant et le présenter avec assurance

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Réussir : la performance du bonheur

Réussir : la force de la pensée

## MANAGEMENT

Mieux anticiper : la stratégie d'entreprise

Mieux décider : lecture stratégique du bilan

Mieux manager : le leadership positif

Mieux vendre : la «storytelling» du produit

Dynamiser et motiver par une bonne conduite de réunion

Encadrement, acteur du bien-être et de motivation en entreprise

Entretien annuel : facteur de performance

## LEADERSHIP

Le leadership personnel pour réussir en période d'incertitude

Le leadership d'équipe

Adopter un mental de champion pour booster les performances collectives

L'optimisme, degré supplémentaire de réussite



PRISE DE PAROLE EN PUBLIC – NIVEAU 1

## Maîtriser le langage du corps et la puissance des mots

 **Durée**  
1 journée - 7 heures

 **Public**  
Tout public

 **Format**  
10 personnes maximum

Savoir parler en public ne repose pas uniquement sur les mots.

**Cette formation vous aide à mieux utiliser votre posture, votre gestuelle et votre voix pour renforcer votre présence et votre impact à l'oral.**

### CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Plus de conviction et d'optimisme à l'oral
- ✓ Une meilleure maîtrise du verbal et du non-verbal
- ✓ Une posture, une gestuelle et une attitude plus impactantes
- ✓ Plus d'aisance dans les prises de parole en public

### CONTENU

#### LE NON-VERBAL

##### Maîtriser le langage du corps


- La posture, clef de démarrage
- Le regard, outil de contact
- La voix, outil de présence
- Le silence, outil de mise en valeur
- La gestuelle, outil de dynamisation

#### LE VERBAL :

##### Manier la puissance des mots

- Développer sa faculté d'écoute
- Gérer le trac
- Préparer son intervention
- Structurer son discours
- Improviser avec aisance

## Rédigez un discours impactant et le présenter avec assurance

 **Durée**  
1 journée - 7 heures

 **Public**  
Tout public

 **Format**  
10 personnes maximum

Savoir parler en public, c'est aussi savoir structurer sa pensée et la transmettre avec assurance.

**Cette formation vous donne des repères concrets pour construire un discours clair, cohérent et efficace. Elle permet aussi de gagner en assurance pour porter son message avec clarté et conviction.**

### CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ La mise en pratique des acquis du niveau 1
- ✓ Une meilleure préparation du discours
- ✓ Plus de fluidité dans l'expression orale
- ✓ Une meilleure gestion des échanges et des questions / réponses

## CONTENU

### ETUDE DES PRÉ-REQUIS

- Verticalité
- Vouloir vocal
- Regard global porté
- Respiration/silence
- Articulation
- Intervention libre

### PRÉPARATION DU DISCOURS

- Les différents plans
- Travail sur la forme et le fond
- Prononcer son discours en mettant en pratique les prérequis
- Répondre aux questions de l'assistance
- Se préparer à une session de questions/réponses



DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

## Réussir : la performance du bonheur

 **Durée**  
1 journée - 7 heures

 **Public**  
Tout public

 **Format**  
10 personnes maximum

Comme le disait Albert Schweitzer :

**“Le succès n’est pas la clé du bonheur, le bonheur est la clé du succès.”**

**Et si la vraie performance commençait d’abord de l’intérieur ?**

Cette formation propose une autre lecture de la réussite : plus humaine, plus durable, plus puissante.

### CE QUE CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Une autre lecture de la réussite, plus humaine et plus durable
- ✓ Une meilleure compréhension du lien entre bonheur et performance
- ✓ Des clés concrètes pour nourrir une dynamique positive
- ✓ Un plan de performance personnelle aligné avec vos objectifs


### CONTENU

- **Keynote de l’intervenant** : sa décision d’être heureux à 21 ans et ses conséquences sur sa vie
- **Réflexion sur le bonheur** : but ou chemin ?
- **Études et statistiques** sur le lien entre bonheur et performance
- **Les 10 clés** qui nourrissent le bonheur et renforcent la performance
- **Plan de performance personnelle**
- Techniques de **méditation**



## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

# Réussir : la force de la pensée

 **Durée**  
1 journée  
7 heures minimum

 **Public**  
Tout public

 **Format**  
10 personnes maximum

**“Fais attention à tes pensées... elles sont ton destin”** *Dalai Lama*

Chaque jour, nos pensées influencent notre manière d’agir, de décider et d’avancer.

Cette formation permet de mieux les comprendre pour reprendre la main sur sa trajectoire personnelle et professionnelle.

### CE QUE CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Une meilleure compréhension de l’impact des pensées sur la réussite
- ✓ Des repères pour transformer certains schémas limitants
- ✓ Un état d’esprit plus constructif au quotidien
- ✓ Un premier travail concret autour de votre propre “success story”


## CONTENU

- Les **3 conditions de réussite** (S.C.M)
- L’**arbre du succès**
- **Croyances, identité, environnement**
- Le **cadre de référence** (V.M.O)
- Le **cercle de la réussite** et la **pyramide de la maîtrise**
- Les **émotions**
- Mise en pratique : **rédaction d’un “success story journal”**



MANAGEMENT

## Mieux anticiper : la stratégie d'entreprise

 **Durée**  
1 journée  
7 heures minimum

 **Public**  
Chef d'entreprise,  
entrepreneur

 **Format**  
10 personnes maximum

**Le rôle du dirigeant est d'adapter son entreprise à un environnement en mouvement permanent.**

Cette formation donne des repères concrets pour fixer un cap, évaluer les opportunités et les menaces, et piloter l'entreprise avec plus de clarté.


### CE QUE CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Plus de recul sur votre entreprise et son environnement
- ✓ Une vision plus claire de vos priorités stratégiques
- ✓ Des repères concrets pour mieux décider
- ✓ Une meilleure capacité à piloter à court, moyen et long terme

### CONTENU

- Définition de la **stratégie d'entreprise**
- Le critère des **5 questions**
- Les **différentes stratégies possibles**
- Les **matrices de décision**
- Le **management** de la stratégie
- Références : Kotler, Porter, Cinq questions
- La **planification** : stratégie, opérationnel, pilotage
- La **stratégie** : Objectifs, DAS, externe, interne, FCS, matrice atouts/attraits, orientations stratégiques
- **Le projet d'entreprise** : objectifs à court, moyen et long terme

## Mieux décider : lecture stratégique du bilan

 **Durée**  
1 journée  
7 heures minimum

 **Public**  
Chef d'entreprise,  
entrepreneur

 **Format**  
10 personnes maximum

Cette formation aide les chefs d'entreprise (TPE, PME) à lire un bilan de façon stratégique pour **mieux piloter leur activité, leur trésorerie et leurs marges.**

**À partir de leurs propres données**, les participants apprendront à repérer les ratios clés, à analyser le fonds de roulement, à comprendre les équilibres financiers et à **prendre de meilleures décisions de gestion.**

### CE QUE CETTE FORMATION VOUS APPORTE :


- ✓ Une **lecture plus stratégique** du bilan
- ✓ Une meilleure **compréhension des équilibres financiers**
- ✓ Des repères pour **piloter la trésorerie**
- ✓ Une meilleure **maîtrise du fonds de roulement**
- ✓ Une **analyse plus fine des marges**
- ✓ Des **décisions de gestion** plus pertinentes
- ✓ Des pistes concrètes d'**optimisation**

### CONTENU

- Comprendre le rôle et le fonctionnement du bilan et du compte de résultat
- Identifier les éléments constitutifs du bilan et du résultat
- Analyser la valeur patrimoniale du bilan
- Calculer la trésorerie
- Maîtriser le fonds de roulement et le BFR
- Connaître les ratios essentiels et la CAF
- Lire le bilan avec le regard d'un banquier
- Évaluer le risque de faillite
- Mesurer la capacité de remboursement
- Comprendre les ratios du banquier
- Identifier les décisions de gestion à prendre

MANAGEMENT

## Mieux vendre : le "storytelling" du produit

 **Durée**  
1 journée  
7 heures minimum

 **Public**  
Chef d'entreprise,  
entrepreneur

 **Format**  
10 personnes maximum

Cette formation aide les chefs d'entreprise à **donner plus de cohérence et de force à leur discours commercial.**

En structurant le storytelling de leurs produits ou services, ils apprennent à mieux mettre en avant leur offre, à la rendre plus claire pour leurs clients et à **soutenir plus efficacement la décision d'achat.**

### CE QUE CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Une narration plus cohérente de votre produit ou service
- ✓ Une **meilleure valorisation de votre offre** auprès de vos clients
- ✓ Un **discours commercial** plus clair, plus structuré et plus convaincant
- ✓ Plus de cohérence entre votre produit, votre positionnement et votre argumentaire
- ✓ Des repères concrets pour construire un **storytelling efficace**


### CONTENU

- Comprendre le **storytelling** du produit : définition et exemples
- Travailler le **mix marketing** : produit, prix, promotion, place
- Vérifier la cohérence du mix marketing
- Intégrer un point de réflexion sur les réseaux sociaux
- Structurer la **démarche commerciale**
- Élaborer une storytelling pour chaque DAS
- Mobiliser le SPA et le SONCAS dans l'**approche commerciale**



## MANAGEMENT

# Mieux manager : le leadership positif

 **Durée**  
1 journée  
7 heures minimum

 **Public**  
Chef d'entreprise,  
entrepreneur

 **Format**  
10 personnes maximum

Les charges de personnel représentent plus de 30 % des dépenses et souvent, nous ne les dynamisons et nous ne les motivons pas de façon optimale.

Des études récentes indiquent que le leadership positif peut augmenter de près de 37 % les ventes des entreprises. Mais avant de motiver, faut-il savoir comment ne pas les démotiver.

### CETTE FORMATION VOUS APPORTE :

- ✓ Plus de recul sur votre **posture managériale**
- ✓ Des clés pour **mieux motiver** vos collaborateurs
- ✓ Un **management** plus adapté et plus efficace
- ✓ Une dynamique d'équipe plus **positive**

## CONTENU

### COMMENT DÉMOTIVER ?

- Identifier les pratiques qui freinent la motivation
- Comprendre les mécanismes de la démotivation

### LES DIFFÉRENTS TYPES DE MANAGEMENT

- Repérer son style de management
- Mesurer l'impact des postures managériales sur l'équipe

### MOTIVATION ET DÉMOTIVATION EN SITUATION


- Mise en situation sur des cas managériaux
- Analyse des leviers de motivation et de démotivation
- Choisir la posture la plus adaptée selon le contexte



## MANAGEMENT

# Dynamiser et motiver par une bonne conduite de réunion

 **Durée**  
2 journées  
14 heures

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

Si la réunion est souvent perçue comme une perte de temps, c'est généralement parce qu'elle manque de préparation, de rythme et d'échanges.

Pour qu'elle soit utile et engageante, elle doit être pensée en amont : objectif clair, timing défini, sujets cadrés, et animation bien maîtrisée.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ mieux préparer et structurer vos réunions
- ✓ favoriser la participation active des collaborateurs
- ✓ redonner du rythme et de l'intérêt aux échanges
- ✓ motiver vos équipes en les rendant actrices
- ✓ retrouver le plaisir d'animer des temps de réflexion
- ✓ mesurer l'impact positif de réunions bien menées sur vos équipes

## CONTENU

### JOUR 1

#### THEORIES ET METHODOLOGIES

- Les différents types de réunions
- Les figures de Lewin
- Les causes d'échec des réunions
- Calcul du coût d'une réunion
- L'animation d'une réunion : la tuyère (*avant, pendant, après*)
- Le rôle de l'animateur suivant les différents types de réunions
- Libeller un ordre du jour motivant

### JOUR 2

#### PREPARER ET ANIMER UNE REUNION


- La prise d'espace d'une salle de réunion
- Improviser une intervention
- Travail sur la position exposée de l'animateur (mimes, scénettes)
- Préparation et animation de petites réunions (cas ludiques)
- Analyse sur tous les points rencontrés précédemment
- Conclusion et évaluation de la journée



## MANAGEMENT

# Encadrement : acteur de bien-être et de motivation

 **Durée**  
2 journées  
14 heures

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

Dans un monde en accélération, l'entreprise a besoin de collaborateurs motivés au quotidien pour rester performante.

**L'encadrement joue donc un rôle clé dans le bien-être, l'optimisme et la motivation des équipes**, en faisant preuve d'agilité, en inspirant et en encourageant l'action.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ maîtriser les fondamentaux d'un **management efficace et motivant**
- ✓ **adapter votre posture** et votre comportement aux situations rencontrées
- ✓ améliorer votre **communication managériale** au quotidien
- ✓ utiliser des outils concrets pour **renforcer la performance et le bien-être** des équipes

## CONTENU

### JOUR 1

- Rôle et responsabilités de l'encadrement
- Difficultés rencontrées dans la fonction managériale
- Facteurs de démotivation des équipes
- La Pyramide de Maslow
- Facteurs de motivation du personnel
- Exercice autour des figures de Leavitt
- Management participatif, information et conduite de réunion
- Dimensions politiques de l'entreprise
- Valeurs, règles du jeu et droit coutumier de l'entreprise


### JOUR 2


- Rédaction des objectifs politiques de votre service
- Les règles du jeu dans l'entreprise
- Analyse et rédaction des valeurs
- Les définitions de fonction
- Rédaction d'une définition de fonction (cas concret)
- Gestion Pratique des Relations
- Etude de cas en entreprise
- Simulation d'entretiens individuels
- Analyse et ajustements
- Écoute active et gestion des tensions



## MANAGEMENT

# Entretien annuel : facteur de performance

 **Durée**  
1 journée  
7 heures min.

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

L'entretien annuel est devenu un temps fort du management.

Bien mené, il dépasse l'évaluation pour devenir un véritable moment d'échange, d'écoute et de mobilisation entre le manager et son collaborateur.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ Conduire des entretiens annuels plus structurés et plus efficaces
- ✓ Adopter la bonne posture pour favoriser l'écoute et l'échange
- ✓ Maîtriser les techniques clés d'un entretien dynamique et motivant
- ✓ Transformer l'entretien annuel en levier de performance et d'engagement

## CONTENU

### ATTITUDES DE L'INTERVIEWER

- Evaluation,
- Interprétation,
- Soutien,
- Investigation,
- Solution immédiate,
- Compréhension/reformulation

### DÉFINITION DE FONCTION

- Domaines politiques

### LES OBJECTIFS ANNUELS

#### EVALUATION DE L'INTERLOCUTEUR

#### ENTRETIEN FACE À FACE (EXERCICE RÉEL)


- Préparation
- Déroulement


### POINTS D'AMÉLIORATION



## LEADERSHIP

# Le leadership personnel pour réussir en période d'incertitude

 **Durée**  
1 journée  
7 heures min.

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

Dans un contexte de changement et d'incertitude, **le leader doit garder le cap, renforcer sa confiance en l'avenir et entraîner son équipe vers la réussite.** Pour cela, il doit s'appuyer sur des outils concrets qui consolident ses convictions et sa posture de leader.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ Renforcer votre posture de leader en période d'incertitude
- ✓ Mieux comprendre les mécanismes de la réussite individuelle et collective
- ✓ Développer un état d'esprit propice à l'action et au changement
- ✓ Mettre en place des leviers concrets pour entraîner vos équipes vers le succès

## CONTENU

### MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX DIRIGER

- Présentation des participants
- Réflexion autour des qualités du leader
- Identification des valeurs clés du leadership

### DÉVELOPPER UN ÉTAT D'ESPRIT ORIENTÉ RÉUSSITE

- Travail sur la pensée, la volonté, les émotions
- Leur impact dans l'atteinte des objectifs

### S'APPROPRIER LES FONDAMENTAUX DU SUCCÈS

- Découverte des mécanismes, lois et croyances qui soutiennent la réussite
- Comment les appliquer pour soi et pour l'entreprise


### PASSER À L'ACTION AVEC PLUS D'IMPACT


- Réflexion sur le changement, la zone de confort et la zone de risque
- Comprendre les freins et les leviers pour passer à l'action



## LEADERSHIP

# Le leadership d'équipe

 **Durée**  
1 journée  
7 heures min.

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

Le leadership d'équipe repose sur une posture claire : montrer l'exemple, être juste, inspirer confiance et entraîner ses collaborateurs dans l'action.

Cette formation permet de mieux comprendre son style de leadership et d'adopter un management plus cohérent, respecté et mobilisateur.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ **affirmer votre leadership** auprès de vos équipes
- ✓ **adapter votre management** aux situations et aux personnes
- ✓ renforcer la **cohérence** entre votre discours et vos actions
- ✓ développer une **posture** plus juste, plus engageante et plus respectée

## CONTENU

### COMPRENDRE LES FONDAMENTAUX DU LEADERSHIP D'ÉQUIPE

Réflexion autour du rôle du leader, sa posture et des difficultés rencontrées dans l'exercice du management

### IDENTIFIER SON STYLE DE MANAGEMENT

Test et échanges pour mieux comprendre quel manager vous êtes et comment votre posture est perçue

### ADAPTER SON LEADERSHIP AUX SITUATIONS ET AUX PERSONNES

Découverte des différentes formes de management pour ajuster sa manière d'agir selon les contextes

### RENFORCER LA QUALITÉ DE LA RELATION MANAGÉRIALE

Travail concret sur la gestion des relations au quotidien et sur les leviers d'un management plus juste et plus mobilisateur


### ADOPTER LES BONS ACTES DE MANAGEMENT


Repères concrets pour mieux décider, mieux communiquer et mieux entraîner ses collaborateurs



## LEADERSHIP

# Adopter un mental de champion pour booster les performances collectives

 **Durée**  
1 journée  
7 heures min.

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

À l'image d'un sportif de haut niveau, le manager avance avec des victoires, des doutes, des efforts et parfois des obstacles.

Pour garder le cap, entraîner son équipe et faire face aux moments exigeants, il doit développer sa force mentale, son optimisme et sa capacité à mobiliser l'énergie collective.

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ Rester solide et inspirant lorsque le contexte se tend
- ✓ Redonner de l'élan à vos équipes dans les périodes exigeantes
- ✓ Cultiver un mental tourné vers l'action, la confiance et la réussite
- ✓ Faire de l'optimisme un levier concret de performance collective

## CONTENU

### DÉVELOPPER SON MENTAL DE CHAMPION

Apports, échanges et travail personnel autour de l'objectif, de l'engagement, de la force de la pensée, des émotions et de la visualisation

### S'APPROPRIER LES 7 CONVICTIIONS DES LEADERS QUI RÉUSSISSENT

Réflexion collective et analyse des croyances qui soutiennent la confiance, la persévérance et la réussite

### TRANSFORMER SES CONVICTIIONS EN OBJECTIFS ET EN ACTIONS

Travail personnel pour définir des objectifs clairs, identifier des actes d'engagement et faire émerger des leviers de progression


### MAÎTRISER LES 4 CLEFS DE L'ENGAGEMENT VERS LE SUCCÈS


Exercices, mises en commun et mise en pratique pour renforcer durablement la mobilisation individuelle et collective



## LEADERSHIP

# L'optimisme, degré supplémentaire de réussite

 **Durée**  
1 journée  
7 heures min.

 **Public**  
Manager, manager en devenir,  
entrepreneur, président d'association

 **Format**  
10 personnes max.

Dans un environnement plus exigeant, plus rapide et parfois plus tendu, la réussite ne repose pas uniquement sur les outils, les méthodes ou les procédures.

Elle dépend aussi de l'état d'esprit des femmes et des hommes qui font l'entreprise. **Car une équipe performante, c'est d'abord une addition d'énergies positives, de confiance et d'optimisme au service d'un même cap.**

### CETTE FORMATION VOUS PERMETTRA DE :

- ✓ Faire de l'optimisme un levier concret de **performance**
- ✓ Renforcer la **confiance**, l'**élan** et la **cohésion** au sein des équipes
- ✓ Adopter une **posture plus positive, inspirante et mobilisatrice**
- ✓ Développer des repères simples pour soutenir la **réussite individuelle et collective**

### CONTENU

#### CHOISIR L'OPTIMISME

Pourquoi le choix de l'optimisme change la posture et l'action au quotidien

#### LES BÉNÉFICES DE L'OPTIMISME

sur l'individu, l'équipe et l'entreprise

#### LA FORMULE FONDAMENTALE DE LA RÉUSSITE

Analyse et échanges

#### DÉCOUVRIR LES 7 MÉCANISMES DE BASE DU SUCCÈS

Repères concrets et réflexion collective

#### EXPLORER LES CROYANCES DES LEADERS QUI RÉUSSISSENT

Échanges et mise en perspective autour des convictions qui soutiennent la réussite

#### ANCER LE DEGRÉ SUPPLÉMENTAIRE

Conclusion, analyse et mise en commun

# POUR ME CONTACTER

 [jpackermann@vivaldi-conseil.com](mailto:jpackermann@vivaldi-conseil.com)

 +33 6 61 12 25 45

