

La déclaration d'activité du CGA Provence est enregistrée sous le numéro 93130585113 auprès du préfet de la Région.

Le bénéficiaire entend faire participer une partie de son personnel à la session de formation professionnelle organisée par l'organisme de formation sur le sujet suivant :

INTITULE DE LA FORMATION :

Webinaire :Savoir se ressourcer au quotidien et maintenir son énergie au travail

La nature de l'action de formation conformément à l'article L.6313-1 du code du travail se définit comme ***action de formation***.

OBJECTIF & PROGRAMME DE FORMATION :

Comprendre le besoin de changer de rythme et de revenir à soi.

Faire un état des lieux de son état interne (stress et énergie)

Comprendre son fonctionnement physiologique et sa perte d'énergie

Apprendre à se ressourcer au quotidien en prenant soin du corps, du cœur et de l'esprit

Proposition de pratiques concrètes

Format : Formation à distance

Horaires et durée : 14:00 - 15:00 - soit 1,00 heure

Supports & Modalités pédagogiques :

Formation à distance.

Le support de la formation dématérialisé sera envoyé par mail aux participants après avoir assisté au Webinaire. Aucun prérequis.

Intervenant : Catherine Rouault - Formatrice en communication et approches comportementales



Moyens matériel et environnement de la formation :

Pour une formation ayant lieu dans une salle réservée par l'organisme de formation :

- La salle est équipée pour la formation, des pause-café sont effectuées plusieurs fois par jour ;
- Le repas du midi n'est pas inclus dans la formation. Cependant, nos espaces détente, cuisines et rooftop sont à votre disposition pour votre pause déjeuner si vous souhaitez apporter votre repas.

Pour une formation à distance :

La formation est réalisée en classe virtuelle, en direct, via un outil de visioconférence ZOOM.

Le bénéficiaire doit s'assurer que les apprenants possèdent un ordinateur avec une connexion internet stable et un débit suffisant pour utiliser une caméra et un micro.

Chaque apprenant doit être équipé d'une caméra et s'engage à accepter de s'en servir.

La formation alterne apports théoriques, échanges avec le formateur et cas pratiques.

Les supports pédagogiques sont diffusés pendant la formation mais sont transmis aux participants avant ou après la formation selon les préférences du formateur.

◆ Assistance technique

Une assistance est assurée par le CGA Provence:

- en amont (envoi du lien de connexion et informations d'accès)
- par téléphone, pendant la formation en cas de difficulté technique au 06 40 49 72 46

◆ Assistance pédagogique

Les participants peuvent interagir avec le formateur tout au long de la session (questions orales ou via le chat).

◆ Suivi et évaluation

Le suivi est réalisé via un émargement numérique (connexion).

Une évaluation des acquis et un questionnaire de satisfaction sont proposés en fin de formation.