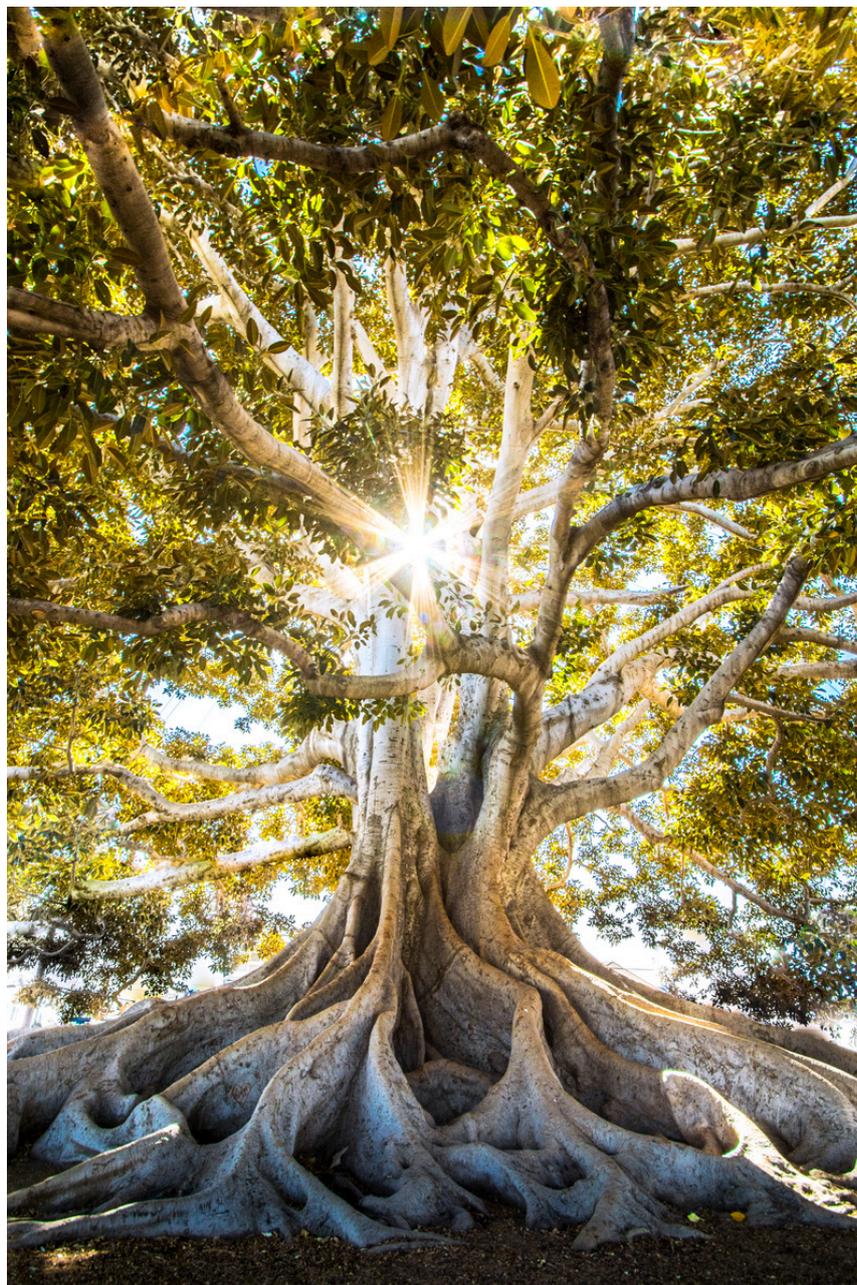


Catalogue de formations

2026



L'INTERVENANTE

MURIELLE BAROU



Mon Parcours

Professionnelle de santé, j'ai développé une solide expérience en management et en accompagnement des équipes, avec une approche centrée sur la performance collective et le bien-être au travail.

Infirmière de formation, j'ai évolué vers des fonctions de cadre de santé paramédical, puis de cadre supérieur de santé, où j'ai piloté des équipes et mené des projets de transformation. Titulaire d'un **Master en Management des Organisations de Santé**, j'apporte aujourd'hui une double lecture stratégique et opérationnelle des défis rencontrés dans les environnements complexes.

Secouriste en santé mentale, je m'engage pleinement dans cette thématique, désignée **Grande Cause nationale en 2025**, en intégrant les enjeux de santé psychologique dans mes accompagnements.

Mon expertise s'ancre dans une solide expérience terrain en **leadership, gestion des talents et qualité de vie au travail**, autant de dimensions clés pour soutenir les managers et leurs équipes.

Parallèlement, je suis **consultante en bilan de compétences**, accompagnant les professionnels dans leurs transitions, avec une approche centrée sur le sens, l'épanouissement et la cohérence des projets de carrière.

Certifiée Master Coach (niveau 2) par l'Institut de Coaching International, avec une spécialisation en santé et bien-être, je propose un accompagnement sur mesure des individus et des collectifs, en favorisant l'alignement entre performance et bien-être.

Enfin, formée à l'**Investigation Appréciative**, j'interviens également dans les dynamiques de transformation et de développement organisationnel à travers une **approche résolument positive, participative et mobilisatrice**.

Certificat n° 221911-1
Edité le: 26/12/2023



Accréditation n°
5-0620.
Portée
disponible sur
www.cofrac.fr



CERTIFOPAC atteste que les prestations de

Vitaline Coaching

Raison Sociale Murielle Marguerite Barou Faure
SIREN n° 430012328

enregistré sous le numéro d'enregistrement de la déclaration d'activité 84430366743

Adresse du siège social: 14 Rue de la Galaxie 43700 Chaspinhac

ont été évaluées et jugées conformes aux exigences du référentiel national qualité et du programme de certification CERTIFOPAC en vigueur à la date d'édition du présent certificat. La certification qualité est délivrée au titre de la ou des **catégorie(s) d'actions suivante(s)**:

L.6313-1 – 1° Actions de formation
L.6313-1 – 2° Centre de bilans de compétences



 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

Vu les décrets n° 2019-564 et 2019-565 du 6 juin 2019, et le décret n°2020-894 du 22 juillet 2020,

Vu les arrêtés du 6 juin 2019, du 24 juillet 2020 et du 7 décembre relatifs aux modalités d'audit associées au référentiel national qualité,

Vu le guide de lecture du référentiel national qualité et la procédure de certification Pro 07 de Certifopac dans les versions en vigueur à la date d'émission **disponible ici**:

Début de validité le: 26/12/2023
Fin de validité le*: 25/12/2026



délivré par **M. Tanguy Martin**
Gérant de CERTIFOPAC

* Sous réserve d'une surveillance dans le cycle de certification.

Des informations supplémentaires concernant le périmètre de ce certificat autres que l'applicabilité des exigences du référentiel qualité peuvent être obtenues en consultant l'organisme. Pour vérifier la validité de ce certificat, envoyez un mail à contact@certifopac.fr ou contactez le + 33 (0)4.27.88.81.30
<https://certifopac.fr>

Adresse administrative de CERTIFOPAC: 18 bis Avenue de Bresse - 01460 Montréal-la-cluse



LA FORMATION

La formation professionnelle est bien plus qu'une obligation : c'est une opportunité incontournable pour rester compétitif et épanoui tout au long de votre carrière. Que vous soyez salarié, indépendant, chef d'entreprise ou demandeur d'emploi, mes formations sont conçues pour vous accompagner à chaque étape de votre parcours professionnel.

Quelques chiffres

2024 - premier semestre 2025

★ 384 professionnels formés

2 349 heures de formation

5 thématiques principales :

- Gestion du stress et prévention de l'épuisement professionnel
- Cohésion d'équipe et bien être au travail
- Communication positive
- Codéveloppement
- Gestion des conflits

✓ Niveau de satisfaction globale : 8,9/10

✓ La moyenne de 88 % a été obtenue sur l'ensemble des questionnaires d'évaluation des connaissances post formation (atteinte des objectifs pédagogiques)



LES OFFRES DE FORMATIONS 2026

01 *Prévenir et reconnaître la détresse
psychologique en milieu professionnel*

02 *Gestion du stress*

03 *De la cohésion d'équipe à la
performance et au bien être au travail*

04 *Les bases de la communication positive*

05 *La gestion des conflits : bien communiquer*

06 *Construire ensemble une culture collective
de bientraitance*

07 *La place de l'ASH dans l'équipe de soins*

08 *Positionner l'infirmier comme chef
d'équipe*

09 *Les bases du management d'équipe*

10 *Management intergénérationnel*

11 *Réussir la conduite du changement*

12 *Devenir acteur du changement avec
l'investigation appréciative*

13 *Valoriser son équipe pour renforcer la
motivation et la cohésion*

14 *Comment favoriser la QVCT dans son
management*





La santé mentale désignée Grande Cause Nationale en 2025

- **PUBLIC CONCERNE**

Tous professionnels souhaitant mieux comprendre les enjeux de santé mentale au travail.
Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Comprendre les enjeux de la santé mentale en milieu professionnel.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les signes précoces de mal-être psychologique chez soi ou chez les autres
- Adopter une posture d'écoute bienveillante
- Connaître les relais internes et externes existants
- Participer à une culture de prévention et de bienveillance dans leur environnement professionnel

- **PROGRAMME**

Comprendre la santé mentale :

- Présentation du contexte : la santé mentale, un enjeu sociétal et professionnel.
- Définition de la santé mentale et continuum du bien-être psychique.
- Définir : stress, mal-être, souffrance psychologique, burn-out, épuisement et leurs Impacts individuels et collectifs.

Identifier les signes de détresse psychologique :

- Signes d'alerte chez soi ou chez les autres.
- Signaux faibles et signes d'alerte (comportementaux, émotionnels, physiques).
- Manifestations comportementales, émotionnelles, physiques.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h-12h30 et 13h30-17H

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut
de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Adopter une posture d'écoute bienveillante :

- Principes de l'écoute active et non-jugeante
- Écueils à éviter : minimisation, conseils inadaptés, injonctions
- Favoriser un climat de confiance pour libérer la parole

Savoir orienter et mobiliser les relais existants

- Les acteurs internes : RH, médecine du travail, manager, référents
- Les ressources externes : dispositifs d'accompagnement, urgences, structures spécialisées
- Savoir quand et comment orienter

Contribuer à une culture de prévention

- Favoriser un environnement de travail bienveillant
- Agir à son niveau : posture, communication, soutien entre collègues
- Identifier des leviers simples pour une démarche collective

• METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : Études de cas et analyses de situations pour faciliter l'appropriation des concepts, mises en situation encadrées pour s'exercer à l'écoute et à l'identification des signaux faibles, échanges d'expériences et réflexions collectives pour enrichir les apprentissages

• EVALUATION

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• VALIDATION

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• MODALITES D'INSCRIPTION

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet d'identifier les signes précoces de détresse psychologique au travail, d'adopter une posture d'écoute bienveillante et de mieux orienter vers les relais appropriés. Elle contribue à renforcer une culture de prévention et de bienveillance au sein des équipes.



Murielle BAROU
vitalinecoaching@gmail.com
06-77-65-12-26

- **PUBLIC CONCERNE**

Tous professionnels souhaitant canaliser efficacement leur stress et leurs émotions au travail.

Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Comprendre les mécanismes du stress pour développer des attitudes positives, préserver son équilibre, et améliorer sa gestion émotionnelle.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Gérer plus efficacement ses émotions en situation de stress et se recentrer sur ses priorités.
- Mobiliser ses ressources personnelles pour mieux gérer le stress et prévenir l'épuisement professionnel.

- **PROGRAMME**

Comprendre le stress :

- Physiologie du stress : origine et conséquences.
- Identifier son propre stress et ses mécanismes.
- Reconnaître les manifestations du stress, y compris les siennes.
- Comprendre les processus corporels et psychologiques du stress : formes aiguës et chroniques.
- Repérer les différentes étapes du stress jusqu'à l'épuisement.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h-12h30 et 13h30-17H

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,

Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut
de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Gérer le stress :

- Amorcer un changement d'attitude : identifier ses ressources internes et externes.
- Apprendre à mieux communiquer en situation stressante.
- Utiliser des outils pour faciliter les relations au travail et réduire le stress.
- Construire des relations positives et développer la confiance en soi.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

En 2025, 93 % des stagiaires ayant participé à la formation "Gestion du stress" se sont déclarés satisfaits.

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet aux participants d'accroître leur efficacité au travail tout en se sentant mieux dans leur environnement professionnel.

Un coaching individuel est également disponible avec le formateur (coach certifié ICI), respectant le code de déontologie de l'ICF (International Coaching Federation).



Murielle BAROU
vitalinecoaching@gmail.com
06-77-65-12-26

• **PUBLIC CONCERNE**

Tout professionnel souhaitant renforcer la cohésion d'équipe au sein de son organisation pour améliorer les performances et la qualité de vie au travail. Groupe de 12 participants.

• **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

• **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Optimiser la performance de son organisation en développant la motivation, l'engagement et le bien-être des équipes.

Objectifs pédagogiques :

- Stimuler l'intelligence collective pour favoriser la cohésion d'équipe.
- Comprendre et gérer le stress pour améliorer la qualité de vie au travail.
- Prendre conscience de l'impact du bien-être sur les performances individuelles et collectives.

• **PROGRAMME**

- **Définir ce qui fonde une équipe** : Comprendre les éléments essentiels à la création d'une équipe soudée et performante.
- **Les fondamentaux de la communication** : Apprendre à communiquer de manière efficace pour favoriser la collaboration et la compréhension mutuelle.
- **Fixer des objectifs collectifs et individuels** : Établir des règles et créer un référentiel culturel commun au sein de l'équipe.
- **Déléguer et responsabiliser** : Renforcer la confiance au sein de l'équipe en responsabilisant chaque membre.
- **L'intelligence collective** : Découvrir comment exploiter les compétences et idées de tous pour optimiser les résultats.
- **Améliorer la cohésion d'équipe** : Techniques et pratiques pour renforcer la solidarité et l'entraide au sein du groupe.

• **DUREE :**

7h00

• **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

• **LIEU :**

Intra-établissement

• **DATES :**

A définir

• **INTERVENANTS :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical, Master management des organisations Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève Consultante en Investigation Appréciative Consultante en Bilans de compétences Secouriste en santé mentale

• **TARIFS :**

Sur devis

- **Comprendre le stress** : Explorer la physiologie, les origines et les conséquences du stress.
- **Identifier son propre stress et ses mécanismes** : Reconnaître les signes de stress et apprendre à les gérer.
- **Amorcer le changement d'attitudes** : Identifier les ressources internes et externes pour mieux gérer le stress et améliorer son bien-être.
- **Outils pour faciliter les relations au travail** : Apprendre des techniques pratiques pour réduire les tensions et améliorer la coopération au quotidien.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- **Méthode expositive** : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- **Méthode active** : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- **Évaluation diagnostique** : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- **Évaluation formative** : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- **Évaluation sommative** : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

En 2025, à l'issue de la formation 88 % des stagiaires se sont déclarés satisfaits

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet aux participants d'augmenter leur efficacité professionnelle tout en améliorant leur bien-être au travail. En intégrant les notions de gestion du stress à la cohésion d'équipe, vous repartirez avec des outils concrets pour créer un environnement de travail plus harmonieux et productif.

Les bases de la communication positive



- **PUBLIC CONCERNE**

Toute personne souhaitant améliorer sa communication interpersonnelle. Groupe de 10 à 12 participants maximum.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Acquérir les connaissances et compétences pour communiquer de manière positive et efficace dans le contexte professionnel

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre l'importance de la communication positive dans les relations professionnelles : patients, familles, collègues
- Développer des compétences en gestion des émotions et en écoute active pour mieux accueillir le patient et créer un climat positif.
- Renforcer sa capacité à exprimer ses idées de manière constructive et assertive.

- **PROGRAMME**

Introduction à la Communication Positive

- Définition et principes fondamentaux de la communication positive.
- L'importance de la communication positive dans les relations interpersonnelles (collègues, patients, familles)

Les Fondements de la Communication Positive

- Conscience de soi et de ses propres émotions : se comprendre pour mieux communiquer.
- Gestion émotionnelle : comment gérer ses émotions de manière constructive dans les échanges.
- L'empathie : comprendre les sentiments et perspectives des autres pour des échanges plus harmonieux.

Les Techniques de Communication Positive

- L'écoute active : techniques pour écouter pleinement et de manière efficace.
- Communication assertive : comment s'exprimer de manière constructive et respectueuse.
- Communication verbale et non verbale.
- L'art de poser des questions ouvertes pour encourager le dialogue et la compréhension.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANTS :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical, Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Mise en place des techniques de Communication Positive pour un accueil efficace du patient

- Les composantes de l'accueil : confidentialité, valeurs, attitudes, informations (livret d'accueil, personne de confiance...), évaluation des besoins du patient/résident et de ses proches.
- Les enjeux d'un accueil réussi.
- Se présenter au patient et à sa famille (dans le service, au téléphone). Importance de l'identification du soignant.

Pratique et Mise en Situation

- Exercices pratiques et jeux de rôles pour mettre en œuvre les techniques de communication positive.
- Partage d'expériences et retour sur les situations de communication vécues par les participants pour une meilleure intégration des apprentissages.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

En 2025, à l'issue de la formation 93 % des stagiaires se sont déclarés satisfaits

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation offre un équilibre entre théorie, pratique et réflexion, permettant aux participants de s'approprier les concepts et de les appliquer dans leur vie professionnelle auprès des patients, familles et collègues. Vous repartirez avec des outils concrets pour améliorer vos échanges quotidiens et renforcer vos relations.

La gestion des conflits : bien communiquer



- **PUBLIC CONCERNE**

Tout professionnel souhaitant mieux gérer les conflits en milieu de travail grâce à une communication efficace. Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Acquérir les compétences nécessaires pour prévenir et gérer les conflits au travail en utilisant des techniques de communication positives et constructives.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les causes des conflits et leurs mécanismes.
- Apprendre à gérer ses émotions et celles des autres en situation de conflit.
- Développer des techniques de communication pour désamorcer les tensions.
- Maîtriser les outils de résolution de conflits.

- **PROGRAMME**

Comprendre les conflits :

- Définition et typologie des conflits en milieu professionnel.
- Identifier les causes des conflits : malentendus, divergences d'intérêts, différences culturelles, etc.
- Les mécanismes des conflits : phases et escalade des tensions.

Prévenir les conflits :

- Connaître les signaux avant-coureurs et savoir les repérer.
- Développer l'empathie et l'écoute active pour éviter les malentendus.
- Mettre en place une communication préventive pour désamorcer les situations tendues avant qu'elles ne dégénèrent.

Gestion des émotions en situation de conflit :

- Identifier et gérer ses propres émotions : colère, frustration, peur.
- Comprendre et réguler les émotions des autres.
- Techniques de respiration et recentrage pour rester calme et lucide.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17H00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANTS :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical, Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Techniques de communication en situation de conflit :

- L'importance de l'écoute active : techniques pour écouter avec empathie et compréhension.
- La communication non violente (CNV) : exprimer ses besoins sans agresser l'autre.
- Savoir reformuler pour clarifier les malentendus et favoriser la compréhension mutuelle.

Résolution des conflits :

- Les différents styles de gestion des conflits : collaboratif, compromis, évitement, etc.
- Techniques de négociation et médiation pour trouver des solutions gagnant-gagnant.
- Élaborer des accords clairs pour clôturer un conflit de manière constructive.

Pratique et mises en situation :

- Jeux de rôles et simulations pour appliquer les techniques de communication vues pendant la formation.
- Études de cas basées sur des situations réelles pour développer des réflexes de gestion des conflits.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

En 2025, à l'issue de la formation 92 % des stagiaires se sont déclarés satisfaits

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation vous permettra d'acquérir les outils et méthodes nécessaires pour prévenir et gérer efficacement les conflits au travail, tout en améliorant vos compétences en communication. Vous repartirez avec des techniques pratiques pour désamorcer les tensions et créer un environnement de travail plus serein et collaboratif.



Murielle BAROU

vitalinecoaching@gmail.com

06-77-65-12-26

- **PUBLIC CONCERNE**

Tout professionnel souhaitant améliorer la qualité de ses relations avec les usagers et renforcer la bientraitance dans sa pratique quotidienne.

Groupe de 10 à 12 personnes maximum.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Comprendre, adopter et promouvoir une culture collective de bientraitance afin d'améliorer la qualité des soins et la relation entre les professionnels et les usagers.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :

- Identifier les principes fondamentaux de la bientraitance et leur importance dans la relation soignant-soigné.
- Mettre en œuvre des pratiques concrètes pour promouvoir la bientraitance au sein de leur environnement professionnel.
- Collaborer efficacement avec leurs collègues pour instaurer une dynamique collective en faveur de la bientraitance.
- Évaluer leur propre pratique et proposer des actions pour renforcer la culture de bientraitance dans leur structure.

- **PROGRAMME**

Comprendre la bientraitance

- Définition et principes fondamentaux de la bientraitance.
- Les enjeux pour la relation soignant-soigné et la qualité des soins.
- Les exigences qualité et recommandations de bonnes pratiques.
- Analyse des éléments internes et externes influençant la bientraitance.
- Identification des leviers pour instaurer une culture positive.
- Pratiques professionnelles et bientraitance : identifier les causes de la maltraitance et les facteurs de risques.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANTS :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

La posture professionnelle individuelle

- “Et moi où j’en suis” : auto-positionnement.
- Les qualités et attitudes favorisant la bientraitance.
- La gestion de ses émotions et de ses limites : travail sur soi, distanciation et discernement.
- La communication bienveillante et l’écoute active.

Construire une dynamique collective

- La coopération et la cohérence entre professionnels pour l’amélioration continue dans chaque geste du quotidien.
- La communication interne et la transmission d’informations.
- Gestion des émotions des personnes accompagnées, de leurs aidants familiaux.
- Prévention, sensibilisation, détection et signalement des situations à risque.
- Nos engagements personnels et en équipes : s’engager personnellement et collectivement pour une culture de la bientraitance. favoriser l’auto-réflexion.

• METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode expositive : Présentation des concepts fondamentaux à l’aide de supports PowerPoint.
- Méthode active : Auto-évaluation, études de cas, mises en situation, échanges d’expériences, pacte d’équipe.

• EVALUATION

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes des participants, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel en cours de formation (ce que je retiens, actions à mener...) et retours personnalisés du formateur.
- Évaluation sommative : Tour de table final, questionnaire individuel d’évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction.

• VALIDATION

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation délivrée à chaque participant.

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• MODALITES D'INSCRIPTION

- Inscription par email à : vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation à établir.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation souligne l'importance cruciale de chaque acteur dans la création d'un environnement respectueux et bienveillant. Elle vise à renforcer la compréhension collective des enjeux liés à la bientraitance, tout en valorisant le rôle essentiel des participants dans l'amélioration continue de la qualité des soins. En adoptant une approche éthique et collaborative, cette formation encourage chacun à contribuer activement à un cadre de travail harmonieux, où la dignité et le respect de chaque personne sont au cœur de nos pratiques quotidiennes.



Murielle BAROU

vitalinecoaching@gmail.com

06-77-65-12-26

- **PUBLIC CONCERNE**

Agents des Services Hospitaliers (ASH) travaillant dans le secteur sanitaire ou médico-social.

Groupe de 10 à 12 personnes maximum.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Valoriser la fonction de l'ASH au sein de l'équipe de soins et de son établissement.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, les ASH seront capables de :

- Expliquer de manière succincte le fonctionnement de leur établissement.
- Respecter le secret professionnel, le devoir de réserve et la confidentialité.
- Se situer au sein de l'équipe de soins (rôle, missions, tâches...).
- Développer des aptitudes relationnelles adaptées à leur environnement de travail.
- Transmettre des informations de manière efficace.
- Participer à l'amélioration continue de la qualité des soins apportés aux patients/résidents.

- **PROGRAMME**

Comprendre son environnement de travail

- Organisation de l'établissement : organigramme, pôles, services.
- Différence entre les secteurs hospitalier et médico-social.
- Présentation des différents professionnels du secteur.

Se repérer dans la hiérarchie et les responsabilités

- Notions de hiérarchie et de responsabilités.
- Droits et devoirs de l'ASH au sein de l'établissement.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANTS :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut
de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Respect des règles professionnelles

- Secret professionnel et devoir de réserve.
- Déontologie : respect de l'intimité, dignité des patients/résidents, et protection de l'espace privatif dans la chambre.

Communiquer avec l'équipe, le patient et sa famille

- Techniques d'écoute active.
- Communication verbale et non verbale.
- Gestion des émotions dans un contexte professionnel.
- Politesse, disponibilité, distance professionnelle, respect mutuel.
- Transmission des informations nécessaires à la prise en charge des patients/résidents.
- Traçabilité et démarche qualité.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : Présentation des concepts fondamentaux à l'aide de supports PowerPoint.
- Méthode active : Exercices pratiques, jeux de rôle pour appliquer les techniques enseignées (cohésion, communication positive...), échanges en groupe et réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes des participants, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel en cours de formation (ce que je retiens, actions à mener...) et retours personnalisés du formateur.
- Évaluation sommative : Tour de table final, questionnaire individuel d'évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction.

• **VALIDATION**

- Attestation individuelle de fin de formation délivrée à chaque participant.

En 2025, à l'issue de la formation 92 % des stagiaires se sont déclarés satisfaits

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par email à : vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation à établir.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Positionner l'infirmier comme chef d'équipe



- **PUBLIC CONCERNE**

Infirmiers souhaitant renforcer leur rôle de supervision et de responsabilité.
Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Ne nécessite pas de prérequis

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Renforcer les compétences des infirmiers pour qu'ils puissent assurer efficacement la supervision des équipes d'aides-soignants et d'ASH, en particulier en l'absence de cadre de santé, tout en garantissant la qualité des soins et le bon fonctionnement du service.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :

- Assumer la supervision des aides-soignants et ASH dans le respect des rôles et responsabilités de chacun.
- Assurer une continuité des soins de qualité en l'absence du cadre de santé (CDS).
- S'affirmer dans un rôle de leader au sein de l'équipe.
- Gérer les situations de crise ou d'urgence en mobilisant les ressources de l'équipe.
- Coordonner les tâches et organiser les activités du service pour une prise en charge optimale des patients.

- **PROGRAMME**

Clarification des rôles et responsabilités :

- Comprendre la place de l'infirmier dans la supervision des aides-soignants et ASH.
- Définir les limites de la responsabilité infirmière par rapport à celle du cadre de santé.
- Identifier les moments clés où l'infirmier doit prendre le relais.

S'affirmer comme référent en l'absence du CDS :

- Comment devenir un point de repère pour l'équipe.
- Assurer la continuité des soins en gérant efficacement les imprévus, tout en respectant les protocoles de soins.
- Organiser la répartition des tâches en fonction des compétences de chaque membre de l'équipe.
- Gérer les situations d'urgence et de stress au sein de l'équipe.

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h-12h30 et 13h30-17H

RDV à prendre pour la séance de coaching dans le mois qui suit la formation

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Communication et leadership :

- Développer des compétences de communication pour instaurer un climat de confiance et de coopération.
- Techniques d'écoute active, feedback constructif et de communication assertive pour instaurer un climat de confiance.
- Renforcer la collaboration entre infirmiers, aides-soignants et ASH.
- Gérer son image et de sa posture en tant que chef d'équipe.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- **Méthode expositive** : Présentation des concepts fondamentaux à l'aide de supports PowerPoint.
- **Méthode active** : Exercices pratiques, jeux de rôle pour appliquer les techniques enseignées, échanges en groupe et réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- **Évaluation diagnostique** : Questionnaire sur les attentes des participants, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme.
- **Évaluation formative** : Bilan individuel en cours de formation (ce que je retiens, actions à mener...) et retours personnalisés du formateur.
- **Évaluation sommative** : Tour de table final, questionnaire individuel d'évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction.

• **VALIDATION**

- Attestation individuelle de fin de formation délivrée à chaque participant.

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par email à : vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation à établir.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet aux infirmiers de se positionner avec assurance en tant que chefs d'équipe. Elle vous apporte les compétences nécessaires pour renforcer votre rôle de supervision, mieux coordonner l'équipe soignante, optimiser l'organisation des soins, améliorer la cohésion d'équipe, et renforcer votre leadership au sein du service.

Les bases du management d'équipe



- **PUBLIC CONCERNE**

Tous professionnels en position d'encadrement d'équipe ne disposant pas de diplôme spécifique en management.
Groupe de 10 à 12 personnes maximum.

- **PRE-REQUIS**

Ne nécessite pas de prérequis

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Maîtriser les différentes dimensions du rôle de manager opérationnel tout en comprenant l'impact de son bien-être sur ses performances professionnelles.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Adapter son style de management en fonction du profil de ses collaborateurs.
- Appliquer les fondamentaux de la communication.
- Renforcer l'autonomie de ses équipes.
- Évaluer les compétences et accompagner l'évolution individuelle de chaque collaborateur.
- Accompagner ses équipes dans des contextes de changement.

- **PROGRAMME**

1ère journée :

Les fondamentaux du management

- Définir le rôle de manager.
- Explorer les différentes approches managériales.
- Clarifier la mission du manager.
- Identifier les multiples rôles du manager.
- Gérer les ressources humaines au quotidien.

Motiver son équipe

- Conduire l'entretien annuel d'évaluation.
- Définir les compétences clés.
- Fixer des objectifs collectifs et individuels.
- Déléguer et responsabiliser.
- Tirer le meilleur de l'équipe grâce à l'intelligence collective.
- Mettre en place une culture qualité.

- **DUREE :**

14h00 : 2 jours de 7h00

Possibilité d'un accompagnement individuel en coaching à l'issue de la formation d'1h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 ou 13h30-17h00

RDV à prendre pour la séance de coaching dans le mois qui suit la formation

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

2^{ème} journée :

Développer des relations professionnelles efficaces

- Maîtriser les fondamentaux de la communication.
- Transmettre efficacement les informations.
- Animer des réunions productives.
- Gérer des projets.
- Accompagner les équipes dans le changement.

Le bien-être au travail du manager

- Gérer son temps de manière efficace.
- Optimiser son environnement de travail pour gagner en productivité.
- Gérer le stress.
- Comprendre l'impact du bien-être sur les performances professionnelles.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- **Méthode expositive** : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- **Méthode active** : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.
- **Coaching personnalisé** : Accompagnement individualisé pour mettre en pratique les acquis.

• **EVALUATION**

- **Évaluation diagnostique** : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- **Évaluation formative** : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- **Évaluation sommative** : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

• **En option**

Les séances de coaching individuel de 1h00 sont à prévoir lors de l'élaboration du devis, avec les rendez-vous fixés directement pendant la formation en accord avec le formateur.



Sur demande, possibilité de sessions complémentaires à distance ou d'un accompagnement en coaching long.

Cette formation permet aux participants d'aborder leur rôle de manager avec succès et sérénité. Elle inclut un coaching individualisé par un formateur certifié ICI, dans le respect du code de déontologie de l'ICF (International Coaching Federation).



Murielle BAROU

vitalinecoaching@gmail.com

06-77-65-12-26

- **PUBLIC CONCERNE**

Managers, responsables d'équipe, souhaitant développer ses compétences en gestion de la diversité générationnelle au sein de l'entreprise.

Groupe de 10 à 12 personnes maximum.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Maîtriser les enjeux et les stratégies du management intergénérationnel

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les principales générations présentes en entreprise et leurs caractéristiques.
- Analyser les enjeux liés à la gestion d'équipes intergénérationnelles.
- Développer des stratégies pour favoriser la communication et la collaboration entre générations.
- Adapter leur style de management pour répondre aux attentes et besoins spécifiques de chaque génération.
- Mettre en place des actions concrètes pour renforcer la cohésion et la motivation des équipes multigénérationnelles.

- **PROGRAMME :**

Introduction au management intergénérationnel

- Tour d'horizon des générations présentes en entreprise
- Comprendre les caractéristiques et valeurs de chaque génération.

Les changements intervenus dans la société et leurs impacts sur les rapports à l'autorité et au travail

- Faire coopérer une équipe composée de 4 générations : différences et complémentarités.
- La place du manager

- **DUREE :**

7h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Identifier les enjeux et défis du management intergénérationnel

- Adapter son style de management selon les profils.
- La démarche de QVCT : équilibre vie professionnelle/vie privée.

Favoriser la cohésion, la motivation et l'engagement des équipes

- Mise en place d'organisation favorisant la transmission des savoirs/compétences : espaces d'échanges, mentorat, tutorat, ateliers collaboratifs, intelligence collective.
- Gestion des situations délicates : négociation, arbitrage...

• METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : mises en situation, analyse des pratiques professionnelles, temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• EVALUATION

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• VALIDATION

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• MODALITES D'INSCRIPTION

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com
- Convention de formation
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande

• ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager des aménagements pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet aux participants de maîtriser les clés du management intergénérationnel afin de renforcer la cohésion, la motivation et la performance de leurs équipes dans un environnement professionnel en constante évolution.

Réussir sa conduite du changement



- **PUBLIC CONCERNE**

Tous managers souhaitant accompagner efficacement leurs collaborateurs dans un processus de changement. Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Avoir un projet de changement en cours ou à venir au sein de son organisation.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Acquérir les compétences nécessaires pour piloter et réussir un processus de changement dans son organisation.

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Expliquer les réactions humaines face au changement et anticiper les résistances.
- Communiquer efficacement pour donner du sens au changement et lever les blocages.
- Utiliser des techniques de gestion de projet pour structurer le processus de changement.
- Accompagner les collaborateurs tout au long des différentes étapes du changement.

- **PROGRAMME**

Le changement : Comprendre les dynamiques

- Définition du changement et ses enjeux
- Identifier les deux types de changement : changement planifié (anticipé et structuré) et changement émergent (imprévu et spontané).
- Comprendre la conduite du changement : Les principes et méthodes pour planifier et piloter un processus de changement.
- Les résistances au changement : Analyser les sources potentielles de résistance.

L'adaptation au changement : Construire une flexibilité personnelle et collective

- Ajuster ses comportements et attitudes face aux transformations : Techniques pour adopter une posture ouverte et proactive face au changement.
- Analyser les facteurs de stress liés au changement.
- Gérer ses émotions et surmonter les peurs générées par le changement.

- **DUREE :**

14h00 : 2 jours de 7h00

Possibilité d'un accompagnement individuel en coaching à l'issue de la formation d'1h00

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

RDV à prendre pour la séance de coaching dans le mois qui suit la formation

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

- Comprendre les enjeux pour chaque acteur impliqué : Reconnaître les intérêts, les motivations et les préoccupations de chaque membre de l'équipe.

Maîtriser les bases de la gestion de projet appliquée au changement

- Initiation à la gestion de projet : définition des objectifs, ressources, délais...
- Piloter le projet de changement : Développer une approche agile pour adapter le projet en fonction des retours et des évolutions contextuelles.

Donner du sens au changement : Inspirer et motiver

- Clarifier et communiquer une vision claire du changement
- Définir des objectifs concrets et motivants : (SMART).
- Encourager les pensées positives chez ses collaborateurs.
-

Communiquer efficacement pour accompagner le changement

- Maîtriser la communication verbale et non-verbale.
- Écoute active et communication positive.
- Gérer les feedbacks et ajuster la communication.

• METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode expositive : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux
- Méthode active : exercices pratiques, jeux de rôle pour mettre en pratique les techniques enseignées et des temps de réflexion pour développer un plan d'action personnel.
- Coaching personnalisé : Accompagnement individualisé pour mettre en pratique les acquis.

• EVALUATION

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

• VALIDATION

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• MODALITES D'INSCRIPTION

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com
- Convention de formation
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande

• ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager des aménagements pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

• En option

Les séances de coaching individuel de 1h00 sont à prévoir lors de l'élaboration du devis, avec les rendez-vous fixés pendant la formation en accord avec le formateur.



Sur demande des sessions complémentaires en distanciel ou un accompagnement de coaching long peuvent être proposés.

Ce programme complet permet aux participants d'acquérir une compréhension approfondie des dynamiques de changement et des outils pratiques pour accompagner leurs équipes tout au long de ce processus, tout en intégrant les aspects émotionnels et stratégiques.



- **PUBLIC CONCERNE**

Cette formation s'adresse à toute personne en position de management d'équipe souhaitant mobiliser l'intelligence collective pour accompagner le changement. Groupe de 16 à 18 participants maximum pour les journées de formation, et 8 personnes maximum pour les ateliers de développement.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général

- Conduire le changement de façon positive grâce à l'Investigation appréciative (IA)
- Renforcer la collaboration entre les équipes en valorisant leurs forces et en co-construisant des pratiques communes.

Objectifs pédagogiques

A l'issu de la formation le participant sera en mesure :

- Mobiliser l'intelligence collective pour réussir la conduite du changement
- Animer efficacement des groupes de travail collaboratif
- Encourager son équipe à adopter un état d'esprit positif face aux projets grâce au processus d'IA

- **PROGRAMME**

1ère journée :

- Expérimentation de la méthode de l'investigation appréciative à partir d'un cas concret
- Expérimenter les différentes étapes du processus
 - Phase découverte : identification des thèmes de travail
 - Phase de rêve : imaginer le futur désiré.
 - Phase de décision : identifier les actions
 - Phase devenir : s'inscrire dans un processus continu

- **DUREE :**

21h00 :
2 jours de 7h00
2 demi-journées de CODEV à distance

- **HORAIRES :**

9h00-12h30 et 13h30-17h00

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut
de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

2ème journée :

- Revue des étapes du processus d'IA à partir des exercices de la première journée
- Travail d'élaboration de la phrase d'orientation à partir de cas concrets.

Ateliers de co-développement :

- Deux demi-journées d'analyse de pratiques en mode co-développement
- Réflexion sur les pratiques professionnelles des participants avec les retours et perspectives de leurs pairs

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : Présentation des concepts de l'investigation appréciative avec support PowerPoint
- Méthode active : Ateliers pratiques et échanges collaboratifs
- Approche expérientielle : Le co-développement favorise l'apprentissage par la pratique

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme
- Évaluation formative : Bilan personnel et retours du formateur tout au long de la formation
- Évaluation sommative : Tour de table final, questionnaire individuel d'évaluation des connaissances et questionnaire de satisfaction

• **VALIDATION**

- Attestation individuelle de fin de formation

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com
- Convention de formation
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager des aménagements pour suivre la formation dans les meilleures conditions

Valoriser son équipe pour renforcer la motivation et la cohésion



- **PUBLIC CONCERNE**

Managers, responsables d'équipe et tout professionnel souhaitant améliorer la valorisation et la motivation de son équipe.

Groupe de 10 à 12 participants.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Acquérir les connaissances et les compétences nécessaires pour valoriser son équipe de manière positive et efficace, afin de renforcer la motivation, l'engagement et la cohésion.

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les situations propices à la valorisation des collaborateurs.
- Repérer et activer les leviers de motivation au sein de l'équipe.
- Utiliser la délégation comme un outil stratégique de motivation.
- Valoriser les collaborateurs de manière personnalisée, en tenant compte de leurs spécificités.
- Donner et recevoir des signes de reconnaissance de manière constructive.
- Fédérer son équipe autour de valeurs communes, tout en respectant la diversité de ses membres.
- Animer des groupes de travail en utilisant l'intelligence collective pour atteindre des objectifs communs.

- **PROGRAMME**

Introduction à la valorisation d'équipe :

- Définition et importance de la valorisation des collaborateurs dans le management.
- Les principes fondamentaux pour une communication valorisante.

Repérer et activer les leviers de motivation :

- Comprendre les facteurs de motivation individuels et collectifs.
- Repérer les talents et les points forts de chaque membre de l'équipe.
- Savoir adapter son management aux besoins et motivations spécifiques de ses collaborateurs.

- **DUREE :**

7h00

Possibilité d'un accompagnement individuel en coaching à l'issue de la formation d'1h00

- **HORAIRES :**

9h-12h30 et 13h30-17H

RDV à prendre pour la séance de coaching dans le mois qui suit la formation

- **LIEU :**

Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

La délégation comme outil de motivation :

- Les bénéfices de la délégation pour renforcer la confiance et l'autonomie.
- Savoir déléguer de manière efficace en tenant compte des compétences et des aspirations de chacun.
- Utiliser la délégation pour renforcer l'engagement et valoriser les collaborateurs.

La valorisation personnalisée :

- Comment valoriser chaque collaborateur en fonction de ses spécificités et de ses attentes.
- Techniques de reconnaissance et de félicitations individuelles et collectives.
- L'importance des signes de reconnaissance dans la construction d'une équipe soudée.

Fédérer autour de valeurs communes :

- Identifier et promouvoir des valeurs communes au sein de l'équipe.
- Savoir gérer et valoriser la diversité des membres de l'équipe.
- Créer un environnement de travail inclusif et bienveillant qui favorise l'adhésion et la collaboration.

Mobiliser l'intelligence collective :

- Définir l'intelligence collective et son rôle dans la dynamique de groupe.
- Techniques d'animation de groupes de travail pour favoriser la créativité et l'innovation.
- Utiliser l'intelligence collective pour résoudre des problèmes complexes et atteindre des objectifs communs.

• METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthode expositive : Présentation des concepts fondamentaux à l'aide de supports PowerPoint.
- Méthode active : Exercices pratiques, jeux de rôle pour appliquer les techniques enseignées, échanges en groupe et réflexion pour développer un plan d'action personnel.
- Coaching personnalisé : Accompagnement individualisé pour mettre en pratique les acquis.

• EVALUATION

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes des participants, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel en cours de formation (ce que je retiens, actions à mener...) et retours personnalisés du formateur.
- Évaluation sommative : Tour de table final, questionnaire individuel d'évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction.

• VALIDATION

- Attestation individuelle de fin de formation délivrée à chaque participant

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• MODALITES D'INSCRIPTION

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions

• **En option**

Les séances de coaching individuel de 1h00 sont à prévoir lors de l'élaboration du devis, avec les rendez-vous fixés pendant la formation en accord avec le formateur.



Sur demande possibilité de sessions complémentaires en distanciel ou d'un accompagnement en coaching long

Cette formation permet aux managers de développer des compétences essentielles pour valoriser efficacement leurs collaborateurs. Elle offre des outils concrets pour renforcer la motivation, améliorer l'engagement et créer un environnement de travail propice à la performance collective.

Vitaline Coaching

Comment favoriser la QVCT* dans son management



Murielle BAROU

vitalinecoaching@gmail.com

06-77-65-12-26

• PUBLIC CONCERNE

Managers, responsables d'équipe et cadres souhaitant améliorer la Qualité de Vie et les Conditions de Travail (QVCT) dans leur management au sein de leur organisation. Groupe de 10 à 12 participants.

• PRE-REQUIS

Aucun prérequis nécessaire.

• OBJECTIFS

Objectif général :

- Intégrer les principes de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail (QVCT) dans son management pour améliorer le bien-être des collaborateurs et optimiser la performance de l'équipe.

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les enjeux de la QVCT et leur impact sur le bien-être des collaborateurs et la performance de l'organisation.
- Savoir repérer et agir sur les leviers d'amélioration de la QVCT au sein de son équipe.
- Promouvoir un management bienveillant et participatif pour favoriser l'engagement et la satisfaction des collaborateurs.
- Mettre en place des actions concrètes pour améliorer les conditions de travail et prévenir les risques psychosociaux.
- Accompagner ses équipes dans la gestion du stress et l'équilibre vie professionnelle/vie personnelle.

• PROGRAMME

Introduction à la QVCT :

- Définir la Qualité de Vie et les Conditions de Travail (QVCT) et ses enjeux dans le management.
- Identifier les facteurs influençant la QVCT : conditions matérielles, organisationnelles, relationnelles.
- L'impact de la QVCT sur la performance des équipes et l'attractivité de l'organisation.

Repérer les leviers d'amélioration de la QVCT :

- Analyser l'environnement de travail : diagnostic des points forts et des points à améliorer.
- Comprendre les attentes des collaborateurs en matière de QVCT.
- Savoir identifier les signes de mal-être et de désengagement au sein de l'équipe.

• DUREE :

7h00

• HORAIRES :

9h00-12h30 et 13h30-17h00

• LIEU :

Intra-établissement

• DATES :

A définir

• INTERVENANTS :

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

• TARIFS :

Sur devis

Instaurer un management bienveillant :

- Les principes d'un management participatif et inclusif pour favoriser l'engagement des collaborateurs.
- Techniques de communication positive pour instaurer un climat de travail serein.
- Développer l'écoute active et le feedback constructif pour renforcer la cohésion d'équipe.

Améliorer les conditions de travail :

- Agir sur l'organisation du travail : flexibilité, autonomie, télétravail.
- Favoriser l'équilibre vie professionnelle/vie personnelle : conciliation des temps de vie.
- Prévenir les risques psychosociaux (RPS) : stress, épuisement professionnel, conflits au travail.

Actions concrètes pour promouvoir la QVCT :

- Mettre en place des actions d'amélioration continue de la QVCT au quotidien.
- Favoriser le bien-être au travail par des initiatives collectives : ateliers, formations, espaces de dialogue.
- Accompagner les collaborateurs dans la gestion de leur stress et leur bien-être.

Pratique et mise en situation :

- Exercices pratiques pour s'entraîner à la prise de décision et à la gestion des situations complexes.
- Échanges d'expériences et réflexions sur les pratiques managériales au quotidien.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Méthode expositive : Présentation des concepts fondamentaux à l'aide de supports PowerPoint.
- Méthode active : Exercices pratiques, jeux de rôle pour appliquer les techniques enseignées, échanges en groupe et réflexion pour développer un plan d'action personnel.

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes des participants, tour de table, identification des objectifs individuels en lien avec le programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel en cours de formation (ce que je retiens, actions à mener...) et retours personnalisés du formateur.
- Évaluation sommative : Tour de table final, questionnaire individuel d'évaluation des connaissances, questionnaire de satisfaction.

• **VALIDATION**

- Attestation individuelle de fin de formation délivrée à chaque participant.

Nouvelle formation en 2026. Les taux de satisfaction des participants seront publiés en 2027.

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par email à : vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation à établir.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Cette formation permet aux managers de développer un management qui favorise la Qualité de Vie et les Conditions de Travail de leurs collaborateurs. Elle apporte des outils concrets pour améliorer le bien-être, l'engagement et la performance des équipes, tout en prévenant les risques psychosociaux.



Formation en intra-établissement

Formation souhaitée :

.....

Renseignements concernant l'entreprise :

Raison sociale :

Adresse :

Nom du responsable de l'inscription

Téléphone E-mail

Dates de la formation souhaitées :

Période souhaitée,.....

Suite à l'inscription, une convention sera établie et soumise aux conditions générales de vente.

Tarif de la formation :

Devis

Adaptation :

La situation d'un stagiaire, nécessite-t-elle des adaptations particulières (handicap) ?

Oui Non

En cas de réponse positive, l'intervenant prendra contact avec vous.

Bon pour accord, le..... à

Signature et cachet de l'entreprise (précédée de la mention manuscrite lu et approuvé)

A retourner par mail à vitalinecoaching@gmail.com

Cas d'annulation :

En cas de renoncement par l'entreprise à l'exécution de la formation, l'entreprise versera à Murielle BAROU un dédommagement calculé sur le montant de l'action de formation au taux de :

- 50 % pour un délai supérieur à 30 jours par rapport au début de la formation
- 75 % pour un délai compris entre 30 et 15 jours avant le début de la formation
- 100 % pour un délai inférieur à 15 jours avant le début de la formation



FORMATION ET CO- DÉVELOPEMENT

Le co-développement professionnel (CODEV) est une méthode collaborative puissante qui accélère l'amélioration des pratiques professionnelles à travers l'intelligence collective. Au sein de groupes restreints, chaque participant bénéficie d'un espace privilégié pour partager ses défis réels et obtenir des retours constructifs de ses pairs. Ensemble, vous explorez de nouvelles perspectives, trouvez des solutions concrètes et renforcez vos compétences en bénéficiant d'un regard extérieur bienveillant. Le CODEV permet d'allier apprentissage pratique et réflexion collective, pour progresser efficacement dans un cadre stimulant et riche en échanges.



- **PUBLIC CONCERNE**

Le public concerné est décidé avec le commanditaire (groupe de pairs). Groupe de 4 à 8 personnes maximum

- **PRE-REQUIS**

Pas de niveau hiérarchique entre les participants

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Améliorer sa pratique professionnelle à travers l'échange et l'expertise de ses pairs, en s'appuyant sur l'intelligence collective pour renforcer sa capacité à résoudre des problématiques et à prendre des décisions éclairées.

Objectifs pédagogiques :

- Renforcer ses compétences en adoptant de nouvelles perspectives et en intégrant des solutions proposées par le collectif.
- Comprendre et appliquer les principes du co-développement pour améliorer la pratique individuelle et collective.
- Tester et s'approprier des méthodes innovantes de collaboration pour résoudre des problématiques professionnelles en équipe.
- Développer sa capacité à analyser des situations de manière plus objective en bénéficiant du retour d'expérience et des points de vue diversifiés de ses pairs.
- Élaborer et comparer des solutions variées pour affiner ses décisions, en tenant compte des retours et suggestions de son groupe de co-développement.
- Créer un réseau professionnel d'entraide et de partage d'expertise pour un apprentissage continu et collaboratif.
- Développer des compétences en communication constructive, notamment en écoute active, reformulation et feedback, pour mieux interagir et collaborer avec les autres membres du groupe.

- **DUREE :**

Séances de 2h30 à 3h00, réparties sur 6 à 8 mois à raison d'une séance toutes les 3 à 4 semaines

- **HORAIRES :**

Définis en fonction des disponibilités des participants

- **LIEU :** En Intra-établissement

- **DATES :**

A définir avec le groupe

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut
de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Intra-entreprise :

Sur devis

Convention de formation, possibilité de prise en charge par les OPCO

- **PROGRAMME**

Découverte de la méthodologie et du processus de co-développement

Introduction au co-développement :

- Présentation des principes du co-développement professionnel.
- Comprendre l'importance de l'intelligence collective dans le processus d'amélioration continue.

Rôles et responsabilités des participants :

- Définition des rôles de "client" et de "consultants"
- Explication des principes de disponibilité, d'écoute active et d'attention

Le déroulement d'une séance de co-développement

- Étape 1 : Le client expose sa problématique professionnelle
- Étape 2 : Les consultants écoutent et clarifient
- Étape 3 : Réflexion collective et partage d'expériences
- Étape 4 : Exploration et réouverture du champ des possibles
- Étape 5 : Prise de recul et réajustement de positionnement
- Étape 6 : Synthèse des apprentissages

Pratique et répétition du processus lors des séances suivantes

- Suivi des actions mises en place : Chaque client présente lors d'une séance suivante les résultats obtenus.
- Bilan collectif : Discussion sur l'efficacité de la méthodologie pour chaque participant et retour sur l'expérience du co-développement.

- **METHODES PEDAGOGIQUES**

- Approche expérientielle : Le co-développement est centré sur l'apprentissage par la pratique.
- Réflexion collective : Les séances permettent aux participants de réfléchir à leurs propres pratiques professionnelles grâce aux retours et aux perspectives de leurs pairs.
- Écoute Active et Communication Constructive

- **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- Évaluation formative : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- Évaluation sommative : Questionnaire de connaissances et de satisfaction en fin de formation.

- **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

Les professionnels ayant participé à des ateliers de CODEV en 2025 ont été satisfaits à 90 %

- **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

- **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Ce programme permet aux participants de s'approprier la méthodologie du co-développement tout en améliorant concrètement leurs pratiques professionnelles grâce à l'échange et à l'intelligence collective.



FORMATION ET INVESTIGATION APPRÉCIATIVE

L'Investigation Apprécative (IA) est une approche puissante pour initier et conduire des transformations positives dans les équipes et les organisations. En se focalisant sur ce qui fonctionne bien et en mobilisant les forces individuelles et collectives, l'IA génère un élan d'optimisme et de coopération. Plutôt que de se concentrer sur les problèmes, elle permet de construire un avenir désirable, basé sur des réussites passées et des aspirations communes. Cette méthode renforce la cohésion d'équipe, stimule la créativité, et engage chacun dans un processus de changement durable, orienté vers l'action et la réussite collective.

En tant que consultante formée en Investigation Apprécative par l'Institut International de Coaching de Genève, je vous accompagne vers des transformations positives et durables, afin de renforcer la collaboration, la performance, et atteindre vos objectifs avec confiance et succès.

Mobilisation de l'intelligence collective par l'investigation appréciative



- **PUBLIC CONCERNE**

Le public concerné est défini en collaboration avec le commanditaire. Le nombre de participants n'est pas limité et peut varier, allant d'un petit groupe à un très grand groupe, en fonction des besoins et des objectifs fixés.

- **PRE-REQUIS**

Aucun prérequis nécessaire.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Renforcer la collaboration entre les équipes en valorisant leurs forces et en co-construisant des pratiques communes grâce au processus d'investigation appréciative.

Objectifs pédagogiques :

- Découvrir et reconnaître les atouts et les réussites de chaque équipe pour créer une base commune de collaboration.
- Encourager les équipes à adopter une vision positive des défis rencontrés, en s'appuyant sur les expériences réussies pour trouver des solutions innovantes.
- Co-construire des pratiques communes en se basant sur les éléments positifs identifiés lors du processus d'investigation.
- Renforcer l'engagement et la coopération des équipes en développant une communication ouverte et bienveillante.
- Favoriser un climat de confiance mutuelle propice à l'émergence de nouvelles idées.

- **PROGRAMMES :**

Matin :

Accueil des participants et présentation de la journée.

- **Phase découverte :**

- Organisation des binômes .
- Interviews en binôme.
- Débriefing des échanges.
- Travail en sous-groupes pour faire émerger les thèmes principaux.
- Travail en sous-groupes pour faire émerger les thèmes principaux.
- Retour en plénière : présentation des thèmes de chaque groupe et identification des thèmes prioritaires.
- Clôture de la matinée par les facilitateurs avec la sélection de 3 à 5 thèmes retenus.

- **DUREE :**

A définir avec le commanditaire, en fonction du nombre de participants.

- **HORAIRES :**

Définis en fonction des disponibilités des participants

- **LIEU :** En Intra-établissement

- **DATES :**

A définir

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Sur devis

Après midi :

- **Phase de rêve** : imaginer le futur désiré.
 - Construction de la phrase évocatrice en sous-groupe.
 - Présentation en plénière : vision future du travail en collaboration.
- **Phase de décision** :
 - Travail en sous-groupe, identifier des actions pour que la vision devienne réalité.
 - Partage en groupe pour choisir et prioriser les actions à fort impact.
- **Phase devenir** :
 - Bâtir un plan d'actions : concrètement qui fait quoi, quand, comment ?
 - S'inscrire dans un processus continu, les équipes continueront seules les groupes de travail coordonnés par les cadres de chaque service.
- **METHODES PEDAGOGIQUES**
- **Méthode expositive** : support powerpoint pour introduire les concepts fondamentaux.
- **Méthode active** : mise en place des différentes étapes du processus d'investigation appreciative.
- **EVALUATION**
- **Évaluation diagnostique** : Questionnaire sur les attentes de la formation, identification des objectifs individuels par rapport au programme.
- **Évaluation formative** : Bilan individuel du participant (retours, actions à mener) et feedback du formateur.
- **Évaluation sommative** : Questionnaire de satisfaction en fin de formation.
- **VALIDATION**
- Attestation de présence
- Attestation individuelle de fin de formation

62 professionnels ont participé en 2025 à des ateliers collaboratifs (investigation appreciative), ils ont été satisfaits à 73 %

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com.
- Convention de formation établie.
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande.

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter avant le début de la formation afin d'organiser les aménagements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

L'Investigation Appréciative (IA) valorise les forces et les réussites pour stimuler un changement positif et durable. En se concentrant sur un avenir désirable, elle renforce la cohésion d'équipe, l'engagement et la créativité collective. L'IA transforme les défis en opportunités en mobilisant les ressources de chacun pour atteindre des objectifs communs.



BILAN DE COMPÉTENCES

Pour changer de métier, évoluer au sein de votre entreprise, retrouver un emploi ou faire le point, le bilan de compétences est une étape clé. Cet accompagnement vous permet de prendre du recul, de renforcer votre confiance, de redonner du sens à votre travail, et de bâtir un projet professionnel solide avec un plan d'action clair pour l'avenir.

Quelques chiffres

2 bilans de compétences réalisés en 2024-25
Durée des bilans : 24 heures

Satisfaction
10/10 à la fin
du bilan
9/10 à 6 mois

2 bilans suivis
dans leur
intégralité
(jusqu'au RDV
post-bilan à 6
mois)

1 bénéficiaire a
changé de poste et
d'entreprise
1 bénéficiaire a
diversifié son
activité

2 bénéficiaires
ont entrepris
une formation



- **PUBLIC CONCERNE**

Le bilan de compétences s'adresse à toutes les personnes actives, quel que soit leur statut :

- Salariés du secteur privé
- Salariés du secteur public (titulaires, contractuels)
- Demandeurs d'emploi

Ce bilan est fait pour vous si vous souhaitez changer de métier, évoluer dans votre entreprise, retrouver un emploi, faire le point sur votre situation ou identifier une formation adaptée à vos aspirations.

- **OBJECTIFS**

Objectif général :

- Identifier vos aspirations et analyser vos compétences pour définir un projet professionnel clair et réalisable.

Objectifs pédagogiques :

- Analyser vos compétences professionnelles et personnelles.
- Développer votre capacité à piloter votre carrière de manière autonome et stratégique.

- **PROGRAMME**

Le bilan de compétences se déroule en trois phases, conformément aux dispositions réglementaires du Code du travail (R6313-4 à R6313-8) :

Une phase préliminaire :

- Analyser votre demande et vos besoins.
- Déterminer le format le plus adapté à votre situation.
- Définir conjointement les modalités de déroulement du bilan.

Une phase d'investigation :

- Construire votre projet professionnel et en vérifier la pertinence.
- Explorer des alternatives pour élargir vos options.

- **DUREE :**

24h ou 12h sur une période de 3 à 5 mois

- **HORAIRES :**

Séance de 1h30 à 3H00. Plus travail personnel entre les RDV.

- **LIEU :**

Inter ou intra-établissement

- **DATES :**

A définir avec le client

- **INTERVENANT :**

Murielle Barou, Cadre supérieure de santé paramédical,
Master management des organisations
Coach professionnelle, certifiée Institut de Coaching international de Genève
Consultante en Investigation
Appréciative
Consultante en Bilans de compétences
Institut de Coaching international
Secouriste en santé mentale

- **TARIFS :**

Tarif Prestation 24h00 : 1 800 euros
Tarif prestation 12h00 : 1 000 euros
Tarif adapté en fonction des organismes financeurs

Une phase de conclusion qui, à travers des entretiens personnalisés, permet au bénéficiaire de :

- S'approprier pleinement les résultats obtenus lors de la phase d'investigation.
- Identifier les conditions et les moyens facilitant la mise en œuvre de vos projets professionnels.
- Planifier les principales étapes nécessaires à la réalisation de ces projets : plan d'action (formations, rédaction de documents, recherche d'emploi...).
- La fin de l'accompagnement se matérialise par la remise de la synthèse.

Suivi post-bilan : Un point est réalisé à 6 mois pour évaluer l'avancement du projet et ajuster les actions si nécessaire.

• **METHODES PEDAGOGIQUES**

Mon expertise de coach certifiée repose sur diverses techniques, notamment :

- Entretien de coaching personnalisé
- Écoute active, feedback et reformulation
- Entretien motivationnel
- PNL (Programmation Neurolinguistique)
- Définition d'objectifs et élaboration de plans d'action entre les sessions
- Tests de personnalité, de positionnement et questionnaires sur vos valeurs, motivations, centres d'intérêts (Profil Pro 2, 360...)

• **EVALUATION**

- Évaluation diagnostique : Tout au long du bilan (recherche terrain, analyse...), remise de la synthèse retçant l'ensemble du parcours
- Évaluation sommative : évaluation de satisfaction à la fin du parcours et suivi à 6 mois sur l'avancée de votre projet

En 2025, le taux de satisfaction des bénéficiaires à la fin du bilan de compétences est de 10/10, à 6 mois à 9/10 . Le taux de suivi entre le début du bilan et la fin du bilan est de 100 %.

• **VALIDATION**

- Attestation de présence
- Attestation de réalisation

• **MODALITES D'INSCRIPTION**

- Inscription par mail à vitalinecoaching@gmail.com
- Convention de formation
- Début de la prestation dans les 2 mois ouvrés suivant la demande

• **FINANCEMENT :**

- Votre employeur privé ou public
- Un organisme financeur
- Vous-même à titre individuel

• **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Pour les personnes en situation de handicap, merci nous contacter avant le début de la formation afin d'envisager des aménagements pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Aujourd'hui, si votre travail ne vous inspire plus, si vous vous interrogez sur votre avenir professionnel : rester, partir, changer de voie, le bilan de compétences est l'opportunité idéale pour prendre du recul, redonner du sens à votre parcours et construire un projet en phase avec vos aspirations.



Murielle BAROU
vitalinecoaching@gmail.com
06-77-65-12-26

Vous retrouverez tous les documents suivants téléchargeables sur le site internet :

www.vitalinecoaching.fr

- Règlement intérieur
- Catalogue des formations
- Conditions générales de vente
- Livret d'accueil du stagiaire/bénéficiaire...
- Charte sur la protection des données personnelles
- Chartes, éthique et déontologique du bilan de compétences
- Guide pratique du bilan de compétences
- Brochure Co-développement

Contact :



06-77-65-12-26



vitalinecoaching@gmail.com



<https://www.vitalinecoaching.fr>

