



FORMATION - COACHING
LA SANTE ENTREPRENEURIALE



CAPITAL SANTE DU DIRIGEANT
=
1^{ER} ACTIF IMMATERIEL DE
L'ENTREPRISE



www.cefopsy.com

CEFOR PSY
cefopsytravail@gmail.com
06 30 13 86 51

N° Siret : 50424949100037 Code APE : 8559A
ADELI : 019304906
IPRP : 1522963



FORMATIONS CEFOR PSY

DES OUTILS OPÉRATIONNELS POUR DES SOLUTIONS PRAGMATIQUES

Cefor Psy

PSYCHOLOGUE du TRAVAIL

FORMATION, CONSEIL ACCOMPAGNEMENT

27 ans d'Expérience



ODILE BOUDOT

FORMATION SANTÉ & SÉCURITÉ psychique

PROSPECTIVE

GESTION de CRISE Aix

ACCOMPAGNEMENT des DIRIGEANTS

IPRP
Intervenante en prévention des risques professionnels

Opératrice potentialisée
Méthode d'auto-évaluation de ses potentiels

Accompagnement au changement, Analyse des pratiques, Prospective, conflit, Collaboration, Coopération

TRAVAIL en ÉQUIPE

Bilans & potentiels, Définition de projet, Dynamique personnelle

ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE

CLARIFICATION, Santé Cognitive, Projets, Fonctionnement de l'équipe, Coaching

TRAVAIL auprès des DIRIGEANTS

Ateliers "ACTEURS de DEMAIN", Accompagnement de l'HUMAIN à travers la crise du COVID, Réflexion et prospective



ÉCOUTER, RÉVÉLER ET RÉVEILLER LES DYNAMIQUES

GRANDS GROUPES, TPE-PME, COLLECTIVITÉS PUBLIQUES, DOMAINE de L'INSERTION



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Certifié pour les ACTIONS DE FORMATION et les BILANS DE COMPETENCES

MAJ : 1-avr.-22

Parc Industriel de la Plaine de l'Ain
Les Fénières
110 Allée des Lilas
01150 Saint Vulbas

Cefor Psy
06 30 13 86 51
ceforpsytravail@gmail.com
www.ceforpsy.com

SIRET : : 504 249 491 00037
NAF : 8559A
NDA : 82 01 01277 01
IPRP : 15 22 963
ADELI : 01 93 04 906



FORMATION LA SANTE ENTREPRENEURIALE

Que l'on soit cadre, entrepreneur ou dirigeant de l'espace privé ou public, **les responsabilités constituent un élément central et quotidien de l'activité.**

Le stress est également un fidèle compagnon : il est celui qui stimule, qui permet d'être réactif, d'entreprendre, de rêver, de créer, de rebondir ; et parfois celui qui engendre fatigue et angoisse, celui qui réduit les facultés de réactivité, qui empoisonne et devient indomptable lorsqu'il s'agit de supporter et traverser efficacement des événements et périodes délicates liées à la vie professionnelle ou personnelle.

La solitude porte elle aussi un double visage : associée au pouvoir de décision dont elle en est la marque, elle est directement associée à la stimulation de dopamine et épouse alors le plaisir et la reconnaissance de soi ; associée à l'isolement, à l'impuissance d'agir, à l'impossibilité de se confier ou de faire confiance, elle endosse alors un sombre habit frôlant avec déprime, dépression, burn out ou dans l'extrême, suicide.

Et si l'on tentait de se concentrer sur **ce qui est générateur d'une bonne santé cognitive** pour ceux et celles dont les responsabilités composent l'essentiel du quotidien, sur les **processus qui créent la santé cognitive, qui favorisent le développement des potentiels et des ressources personnelles** dans une **perspective de maintien, de développement et de pérennité de l'entreprise ?**

Des dirigeants pour des dirigeants. Choisir de travailler avec Cefor Psy, c'est disposer d'un ensemble d'acteurs de la vie entrepreneuriale, traqueurs de stress et accompagnateurs de solutions RH. C'est vous assurer de méthodologies, d'outils et de compétences liées à la santé des hommes et des femmes qui chaque jour gèrent et prennent des responsabilités. C'est **vous construire un socle de ressources adaptables** à tout moment de votre évolution professionnelle et entrepreneuriale. C'est **intégrer votre conjoint(e) et vos collaborateurs proches dans une démarche participative de prévention du stress et de promotion de la santé, de la qualité de vie au travail et du bien-être individuel et collectif.**

Au-delà des mots et des concepts, c'est un **engagement pragmatique de pérennisation de votre organisation.**

Le programme de formation Pyramid'Leader® a été conçu dans cette optique :

Le capital « santé cognitive » du dirigeant constitue sa résistance au stress, ses capacités créatives et sa performance opérationnelle, son fonctionnement pour la prise de décision et la gestion des responsabilités.

Ce capital est le premier actif immatériel de son organisation.

Grâce à ce capital, il bâtit quotidiennement son entreprise.

L'objectif du programme de formation Pyramid'Leader® est basé sur l'approfondissement de **4 thématiques:**

- **l'intelligence de soi**
- **les capacités de projection / innovation**
- **la gestion des « trop »**
- **la direction / prise de décision / gestion des responsabilités.**

Le programme inclus également la formation de **l'environnement proche du dirigeant** : qui connaît le mieux les réactions du dirigeant, son fonctionnement, ses habitudes... si ce n'est son environnement proche ? Ainsi, 3 collaborateurs proches sont réunis autour d'une formation ayant pour objectif le développement de leur **ROLE DE SENTINELLE de la santé du dirigeant.**



THÉMATIQUE

- Prévention des RPS
- Santé cognitive
- Santé entrepreneuriale

OBJECTIFS

- S'approprier les processus qui créent la santé entrepreneuriale
- Développer les circuits cognitifs de bonne santé entrepreneuriale
- Disposer des facteurs clés de succès dans les périodes de difficultés professionnelles/personnelles



PUBLIC

Dirigeants, cadres, entrepreneurs

PRÉ REQUIS : Aucun

ACCESSIBILITE

Locaux recevant tout public
Prestation accessible aux personnes en situation de handicap (cf livret d'accueil)



DURÉE

28h (4 jours) réparties en 9 sessions de 3h et un bilan final de 1h
10 sessions réparties sur 9 mois

MODALITÉS ET DELAI D'ACCES

Positionnement pédagogique du stagiaire en amont de la formation. Signature convention de formation.

Délai d'accès : dès signature de la convention

COUT

Cefor Psy s'engage à adresser un devis sous 72h à réception de votre demande

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation en **présentiel**
- Matériel** : salle de cours, tableau, vidéoprojecteur, PC
- Moyens** : Apports théoriques et méthodologiques, Méthode pédagogique POTENTIALIS® d'autoévaluation des potentiels, tests, exercices et échanges
- Evaluation** :
 - Des acquis en fin de formation : QCM, quizz avec corrigés immédiats, étude de cas
 - De la satisfaction de chaque stagiaire, complétée par l'appréciation de la formatrice à l'issue de chaque session
- Formatrice** : Odile Boudot, psychologue du travail, IPRP, opératrice POTENTIALIS, dirigeante CeforPsy



VALIDATION

Attestation de fin de formation avec évaluation des acquis remis à chaque stagiaire
Attestation fin de formation + certificat de réalisation remis au client



PROGRAMME

1 Intelligence de soi

Vie entrepreneuriale actuelle et passée
Ressources cognitives dominantes
Salutogénèse entrepreneuriale
Motivations, valeurs, besoins

2 Projection-innovation

Analyse fonctionnelle de l'entreprise
Créer/améliorer produit/service
Outils de créativité

3 Gestion des « trop »

Guide de l'anti burn out entrepreneurial
Gestion du temps : se concentrer sur ses zones d'efficacité et faire du temps un allié
Rebondir après un événement majeur

4 Direction

Prise de décision
Résilience entrepreneuriale
Diriger/se diriger : le projet sens et l'équilibre de vie

Synthèse et évaluation de la formation.

L'évaluation continue des acquis des stagiaires est réalisée à partir d'exercices pratiques et de mises en situation proposées durant la formation. Les résultats de l'évaluation permettent à la formatrice d'évaluer les acquis de la formation et d'établir l'attestation de fin de formation.

*Chaque début de session débute par un débriefing de l'utilisation des outils appris lors de la session précédente
Remise d'un carnet de bord personnalisé en début de formation
Remise par mail après chaque session des supports pédagogiques et des liens vers des sites Internet relatifs au sujet,
sources à récupérer, sitographie et bibliographie
Remise d'une synthèse générale en fin de formation.*

➡ [Détails du Programme sur demande](#)

Qualiopi
processus certifié

REPUBLICQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes : **ACTIONS DE FORMATION**



THÉMATIQUE

- Prévention des RPS
- Santé cognitive
- Santé entrepreneuriale

OBJECTIFS

- Connaître et repérer les différents mal-être liés à la prise de décision et la gestion des responsabilités
- Savoir soutenir le dirigeant et co-piloter l'organisation en cas de mal être du dirigeant
- Apprendre quand, qui et comment alerter
- S'impliquer et se préserver.



PUBLIC

3 personnes de l'environnement proche du Dirigeant intra-entreprise

PRÉ REQUIS : Aucun

ACCESSIBILITE

Locaux recevant tout public
Prestation accessible aux personnes en situation de handicap (cf livret d'accueil)



DURÉE

28h (4 jours) réparties en 9 sessions de 3h et un bilan final de 1h
10 sessions réparties sur 10 mois

MODALITÉS ET DELAI D'ACCES

Positionnement pédagogique du stagiaire en amont de la formation. Signature convention de formation.

Délai d'accès : dès signature de la convention

COUT

Cefor Psy s'engage à adresser un devis sous 72h à réception de votre demande

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Formation en **présentiel**
- Matériel** : salle de cours, tableau, vidéoprojecteur, PC
- Moyens** : Apports théoriques et méthodologiques, Méthode pédagogique POTENTIALIS® d'autoévaluation des potentiels, tests, exercices et échanges

Evaluation :

- Des acquis en fin de formation : QCM, quizz avec corrigés immédiats, étude de cas
- De la satisfaction de chaque stagiaire, complétée par l'appréciation de la formatrice à l'issue de chaque session

Formatrice : Odile Boudot, psychologue du travail, IPRP, opératrice POTENTIALIS, dirigeante CeforPsy



VALIDATION

Attestation de fin de formation avec évaluation des acquis remis à chaque stagiaire
Attestation fin de formation + certificat de réalisation remis au client



PROGRAMME

Un entretien individuel de 2h est prévu en amont de la formation pour chaque personne de l'environnement proche du dirigeant.

1 La santé entrepreneuriale

Indicateurs de la santé entrepreneuriale
Renforcement par l'entourage proche

2 Stress et mal-être patronal/entrepreneurial

Indicateurs des signes
Evaluation des risques
Protocole d'alerte

3 Soutenir, aider et accompagner le Dirigeant en cas de tempête

Les 1ers secours au dirigeant
Ressources individuelles et collectives

4 Être sentinelle de la santé du dirigeant

Les clés de l'accompagnement

S'impliquer et se préserver

Synthèse et évaluation de la formation.

Remise par mail en fin de formation des supports pédagogiques et des liens vers des sites Internet relatifs au sujet, sources à récupérer, sitographie et bibliographie

L'évaluation continue des acquis des stagiaires est réalisée à partir d'exercices pratiques et de mises en situation proposées durant la formation. Les résultats de l'évaluation permettent à la formatrice d'évaluer les acquis de la formation et d'établir l'attestation de fin de formation.

[➡ Détails du Programme sur demande](#)

Qualiopi
processus certifié

REPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes : **ACTIONS DE FORMATION**



Cefor Psy

À vos côtés depuis 2005

Cefor Psy



Psychologue du Travail - N° ADELI : 01 93 04 906

Créatrice et Dirigeante de CeforPsy depuis 2005

IPRP - Intervenante en Prévention des Risques Professionnels - DIRECCTE Rhône Alpes - N° 1522963

Experte Psychologue

Unité de Soutien Psychologique du SDIS de l'Ain

Opératrice POTENTIALIS® depuis 1997

Organisme de Formation Datadock® - Déclaration d'activité enregistrée sous le num 82010127701 auprès du Préfet de la région Rhône Alpes

Certification QUALIOPi –



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes : **ACTIONS DE FORMATION** et **BILANS DE COMPETENCES**

Quelques références

Entreprises



Collectivités – Administrations – Services publics



Secteurs Médico-social



Cefor Psy - ceforpsytravail@gmail.com - 06 30 13 86 51

Siret : 504 249 491 00037 - NAF : 8559A - N° enregistrement auprès de la Préfecture de région AURA: 82 01 01277 01

IPRP : 15 22 963 - ADELI : 01 93 04 906



Formation intra entreprise



Rdv individuel en lieu neutre



Bureau

Parc Industriel de la Plaine de l'Ain
Les Fénières – Bt A
110 Allée des Lilas
01150 Saint Vulbas



www.ceforpsy.com



Cabinet Médical
Norélan
244 Avenue an Severo
01000 Bourg en Bresse

Contact : Odile BOUDOT
06 30 13 86 51
ceforpsytravail@gmail.com