

MENTAL FUZE

VISEZ LES ÉTOILES



TEAM CONFLICT

« L'ANTICIPATION ET LA GESTION
DES SITUATIONS DE CONFLITS »



EXPÉRIENCE

SUCCÈS

CRÉATIVITÉ

INSPIRATION

VISION

RÉUSSITE

LEADERSHIP

BIEN-ÊTRE

COMMUNICATION

ÉQUIPE

MENTAL

PRO

DYNAMISME

POSITIF

ORIGINALITÉ

ÉNERGIE

CONSEIL

INNOVATION

MOTIVATION

PERFORMANCE

RÊVE

COMPÉTENCE

OBJECTIF

COACHING

EXPERTISE



SOMMAIRE

Présentation MENTALFUZE.....	5
Equipe MENTALFUZE.....	10
Modalités pédagogiques.....	11
Solutions d'intervention.....	16
Le format « <i>présentiel</i> ».....	18
Le format « <i>distanciel</i> ».....	20
Objectifs de formation	23
Programme de formations	27
Animateurs des formations.....	35
Tarification.....	39
Contact.....	42



LE CONCEPT MENTALFUZE

MENTALFUZE a l'ambition de rendre accessible « le haut niveau pour tous » et d'atteindre la performance.

MENTALFUZE s'inscrit dans la volonté de partager les valeurs fortes de l'olympisme en apportant des solutions ludiques et durables à votre structure.

Depuis de nombreuses années, les équipes de MENTALFUZE accompagnent athlètes, salariés et étudiants vers la réussite.

Comment encourager la performance, l'épanouissement et la volonté de faire ensemble ? MENTALFUZE se propose d'y répondre en créant de nouveaux rituels et une véritable routine mentale pour vos équipes.



NOTRE APPROCHE GLOBALE

Transposer les pratiques du monde du sport de haut niveau à votre structure



QUI SOMMES-NOUS?



+ 100 experts
dans toute la France



+ 15 corps de métiers
Coaches, préparateurs
mentaux, ostéopathes...



+ 100 formations
Webinars, ateliers,
conférences...



NOTRE AMBITION



INSPIRER

votre réussite



TRANSMETTRE

les valeurs du sport de haut niveau à vos salariés



TRANSFORMER

vos savoirs en savoir-faire



NOURRIR

votre plaisir et votre performance



NOS OBJECTIFS



FÉDÉRER

vos salariés autour d'un projet



CONSTRUIRE

une dynamique collective



PARTAGER

les valeurs du sport

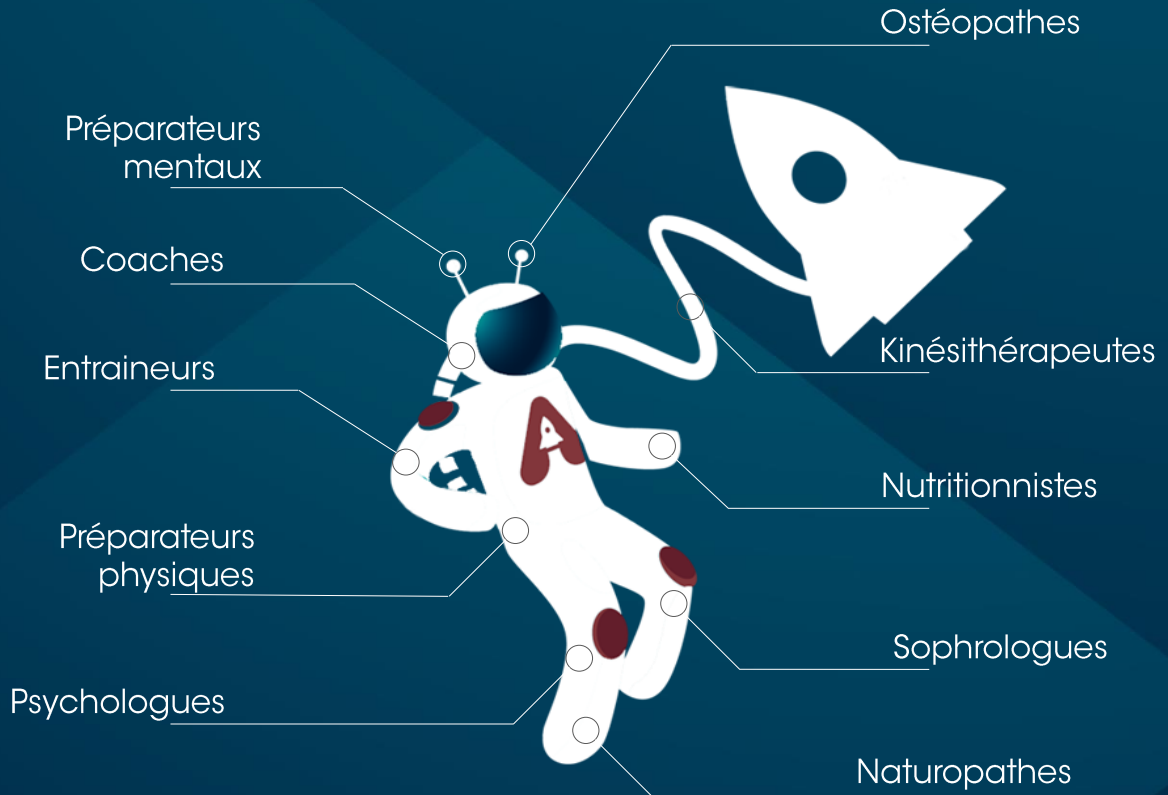


S'OUVRIR

à d'autres pratiques



NOTRE ÉQUIPE





LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

LES MODALITES PEDAGOGIQUES

1

BIEN PRÉPARER
NOTRE DÉCOLLAGE



CONNAISSANCE DE SOI



PERSONNALISATION DE LA
FORMATION

2

PARTAGEONS
NOTRE VOYAGE



PARTAGES D'EXPÉRIENCES



MISES EN SITUATION



RETOURS THÉORIQUES ET
PRATIQUES DES EXPERTS

3

POUR UN
ATTERRISSAGE EN
DOUCEUR



BILAN DE FORMATION



QUESTIONNAIRE DE
SATISFACTION



LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES AVANT LA FORMATION

1

CONNAÎTRE ET DECOUVRIR



CONNAISSANCE DE
SOI

Au début de la formation, vous réaliserez un test de positionnement et vous répondrez à un questionnaire. Nous pourrions ainsi apprendre à mieux vous connaître et bien cerner vos attentes. Notre équipe pédagogique s'adaptera en vous proposant un plan de formation en parfaite adéquation avec vos besoins.



PERSONNALISATION
DE LA FORMATION



LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES DURANT LA FORMATION

2

INSPIRER ET PARTAGER



PARTAGES D'EXPÉRIENCES

Notre équipe est constituée d'experts qualifiés. Elle se fera une joie de vous transmettre sa passion, de partager avec vous ses expériences riches en apprentissage.



MISES EN SITUATION

Notre équipe vous propose différentes études de cas, d'exercices, de mises en situation pratiques et concrètes ; pour s'assurer de la compréhension des formations animées, garantir l'acquisition des contenus et outils pédagogiques utilisés. Notre objectif est de vous transmettre les clés, pour être efficace et opérationnel sur le terrain.



RETOURS THÉORIQUES ET PRATIQUES DES EXPERTS

L'équipe vous apporte des solutions accessibles et transposables à votre structure, grâce à des outils et techniques spécifiques, basées sur des années de recherches et de pratiques.



LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES APRES LA FORMATION

3

TRANSMETTRE ET PÉRENNISER



BILAN DE FORMATION

Des bilans seront organisés en fin de session de formation pour s'assurer de la bonne transmission des contenus pédagogiques et, potentiellement, des formations nécessaires pour compléter votre parcours. Cette auto-évaluation permettra aux participants un éclairage nouveau sur leurs forces et les axes de progrès nécessaires.



QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

MENTALFUZE dans sa recherche constante d'amélioration de ses services, s'engage à vous apporter des prestations de qualité qui répondent avec pertinence à vos attentes. Ce questionnaire nous donnera l'opportunité de mieux vous connaître et d'optimiser notre approche d'accompagnement.





NOS SOLUTIONS D'INTERVENTION

DEUX SOLUTIONS AU CHOIX PROPOSÉES



FORMATIONS
présentielles

Nos actions de formation permettent de mettre en lumière : des exposés théoriques et des exercices pratiques pour faciliter l'assimilation des méthodes et concepts proposés.



WEBINARS
distanciels

MENTALFUZE s'adapte à votre quotidien, en vous proposant un format distanciel accessible à tous, grâce à une simple connexion internet. Différents formats sont proposés pour faciliter praticité et efficacité.





FORMAT FORMATION « *en présentiel* »

FORMAT DE FORMATION



FORMATION
INTRA-ENTREPRISE



3x 1 JOURNÉE COMPLÈTE
8h30 – 17h30



POUR TOUT PUBLIC



AUCUN PRÉ-REQUIS



50% PRATIQUE
50% THÉORIE



15 PARTICIPANTS*



1 À 2 EXPERT(S)



ESPACE POUR ACCUEILLIR
LES PARTICIPANTS AVEC
VIDÉOPROJECTEUR

*maximum





FORMAT WEBINAR « *en distanciel* »

FORMAT DES WEBINARS



FORMATION
À DISTANCE



14x 1h30



POUR TOUT PUBLIC



AUCUN PRÉ-REQUIS



75% THÉORIE
25% PRATIQUE



15 PARTICIPANTS*



1 À 2 EXPERT(S)



UNE CONNEXION INTERNET



*maximum

LE FONCTIONNEMENT DU DISPOSITIF



VOTRE ENTREPRISE

- 1 CHOISIR LA PLATEFORME WEBINAR : ZOOM – LIVESTORM – TEAMS
- 2 ENVOYER LA LISTE DES PARTICIPANTS
- 3 ENVOYER LE BILAN DE FORMATION AUX STAGIAIRES
- 4 ENVOYER LE QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION AUX STAGIAIRES



MENTALFUZE

- 1 ASSURER LE SUIVI AVANT, PENDANT ET APRES LE WEBINAR
- 2 DEFINIR AVEC LE CLIENT LA PLATEFORME WEBINAR
- 3 ENVOYER LES MODALITÉS D'ACCÈS SÉCURISÉ AU WEBINAR
- 4 S'ASSURER DU FONCTIONNEMENT DU DISPOSITIF EN RÉALISANT UN ESSAI AVEC LE CLIENT





NOS OBJECTIFS DE FORMATION

« SÉRÉNITÉ, CONFIANCE ET BIENVEILLANCE »

VOS SALARIÉS

Fluidifier les relations
interprofessionnelles,
favoriser un climat
de confiance et de
bienveillance

**MENTAL
FUZE**

ENTREPRISE



NOS OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Reconnaître les mécanismes d'émergence des conflits

Identifier les leviers de la conflictualité

Anticiper une situation de crise et/ou de conflit

Désamorcer et gérer une situation de crise et/ou de conflit

Mettre en place une communication forte et une organisation capable de prévenir les conflits

Favoriser un climat de confiance et de bienveillance

Sensibiliser vos agents sur l'importance d'une bonne communication

Faciliter le dialogue



NOS MÉTHODES SPÉCIFIQUES UTILISÉES POUR LES FORMATIONS

Visualisation
positive

Communication
positive

Assertivité

Écoute
active

Synchronisation

Respiration

Communication
non violente

Routine de
performance

ET BIEN D'AUTRES...





PROGRAMME DES FORMATIONS

PROGRAMMES DE FORMATION

JOURNÉE 1

Matin

MIEUX SE
CONNAÎTRE POUR
MIEUX
COMMUNIQUER

Après-Midi

ATTITUDES ET
POSTURES
CONSTRUCTIVES

JOURNÉE 2

Matin

CONNAISSANCE
DE SOI ET
GESTION DES
EMOTIONS

Après-Midi

ASSERTIVITE ET
BIENVEILLANCE

JOURNÉE 3

Matin

LA PREVENTION
DANS LA GESTION
DES CONFLITS

Après-Midi

GÉRER UNE
SITUATION
CONFLICTUELLE
EFFICACEMENT



JOURNÉE 1 : matin

MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX COMMUNIQUER

OBJECTIFS

Comprendre les origines de la communication

Maîtriser sa communication

PROGRAMME

Comprendre les fondamentaux de la communication

Etablir la relation pour faciliter la communication

Comprendre son fonctionnement : agir sur ses leviers et ses freins à la communication



JOURNÉE 1 : après-midi

POSTURES ET ATTITUDES CONSTRUCTIVES

OBJECTIFS

Gagner en impact dans la communication

Apprendre à s'écouter

PROGRAMME

Apprendre à sortir de situations de tension grâce à la communication positive

S'exprimer avec authenticité

Agir sur son langage corporel pour délivrer un message

Apprendre à recevoir et faire passer un message désagréable



JOURNÉE 2 : matin

CONNAISSANCE DE SOI ET GESTION DES EMOTIONS

OBJECTIFS

Comprendre les origines
Des émotions

Maîtriser sa communication
en situation de pression

PROGRAMME

Comprendre le fonctionnement
et les mécanismes face au
émotions

Comprendre les contextes et
situations à fort impact
émotionnel

Apprendre à exprimer ses
émotions pour faciliter la relation

Identifier ses moyens d'action
pour réagir face à un conflit



JOURNÉE 2 : après-midi

ASSERTIVITE ET BIENVEILLANCE

OBJECTIFS

S'exprimer avec authenticité

Faire face aux comportements négatifs, gérer les désaccords et développer des relations constructives.

PROGRAMME

Découvrir l'assertivité et la CNV pour fluidifier la communication

Créer et favoriser des relations constructives

S'exprimer en accord avec ses valeurs

Se construire en s'appuyant sur ses qualités



JOURNÉE 3 : matin

LA PREVENTION DANS LA GESTION DES CONFLITS

OBJECTIFS

Encourager un fonctionnement constructif et bienveillant

Instaurer un environnement sain

PROGRAMME

Valoriser les atouts de l'équipe

Adapter son attitude et son comportement pour favoriser des relations dynamiques et positives

S'affirmer de façon constructive dans une relation

Responsabiliser chacun des acteurs des effets de son action

Identifier des situations à potentiels conflictuels à des fins préventives



JOURNÉE 3 : après-midi

GERER UNE SITUATION CONFLICTUELLE EFFICACEMENT

OBJECTIFS

- Connaître les principaux déclencheurs des conflits
- Adopter un comportement efficace pour sortir du conflit

PROGRAMME

- Comprendre les mécanismes collectifs et individuels des conflits
- Analyse des moyens d'action pour réagir face au conflit
- Identifier une stratégie efficace
- Adopter une attitude d'ouverture pour rétablir la confiance
- S'affirmer de façon constructive dans une relation





NOS 3 INTERVENANTS *EXPERTS*

LA PERFORMANCE AVEC ÉCOUTE ET PLAISIR

CELINE HEBBACHE



- Psychologue clinicienne
- Coaching dirigeants et cadres d'entreprise
- Praticienne en programmation neurolinguistique (P.N.L.)
- Formée à la thérapie Interpersonnelle
- Formée à la Thérapie Comportementale et Cognitive (T.C.C.)
- Formation en Sophrologie
- Formation en Pleine Conscience (M.B.S.R.)
- Hypnothérapeute
- Formateur en prévention santé et hygiène de vie en entreprise



LA PERFORMANCE AVEC ÉCOUTE ET PLAISIR

STEPHANIE SAINCY



- Formatrice en discipline positive
- Accompagnement de dirigeants et cadres d'entreprise
- Coach Professionnel
- Ostéopathe D.O.
- Maître Praticienne P.N.L.
- Fondatrice du cabinet « Nais, vis, deviens » (cabinet de discipline positive et bienveillance)



LA PERFORMANCE AVEC ÉCOUTE ET PLAISIR

BENJAMIN WAHICHE



- Préparateur mental et technique de sportifs de haut niveau (fédérations sportives)
- Coaching dirigeants et cadres d'entreprise
- Ancien Conseil Technique Départemental du Val d'Oise de la Fédération Française de Natation (F.F.N.)
- Ancien Directeur Technique Club Sportif
- Expert Jury d'examen et formateur BPJEPS/DEJEPS/DESJEPS
- Praticien en programmation neurolinguistique (P.N.L.)
- Formation en Sophrologie
- Formation en Pleine Conscience (M.B.S.R.)
- Formation en Hypnose Ericksonienne
- Formateur en prévention santé et hygiène de vie en entreprise
- Directeur Général MENTALFUZE





TARIFICATION

TARIFICATION



PACK N°1 « *présentiel* »



6 600 € H.T. (7 920 € T.T.C.)

CE TARIF COMPREND :

- 1 3 JOURNÉES DE FORMATION EN PRÉSENTIEL (21h)
- 2 FRAIS DE DÉPLACEMENT ET DE BOUCHE
- 3 LA DIFFUSION DE LA FORMATION EN VERSION NUMÉRIQUE
- 4 LE SUIVI DE L'ACTION DE FORMATION



PACK N°2 « *à distance* »



4 200 € H.T. (5 040 € T.T.C.)

CE TARIF COMPREND :

- 1 14x 1H30 FORMATION EN DISTANCIEL
- 2 FRAIS DE BOUCHE
- 3 LA DIFFUSION DE LA FORMATION EN VERSION NUMÉRIQUE
- 4 LE SUIVI DE L'ACTION DE FORMATION

T.V.A. APPLICABLE : 20%





À VOUS DE JOUER !

Favorisez la communication
de vos équipes !

MENTAL FUZE.FR

contact@mentalfuze.fr



Organisme
de formation
n° 11950682095

