

CATALOGUE DE FORMATIONS ET ACCOMPAGNEMENTS 2025

« QUI CHERCHE LA PERFECTION OBTIENT L'EXCELLENCE »
Jori Cahilac

SAS EXCELIANES- 58 rue du Mariquet 14850 Hérouvillette- 06.95.52.22.35 — maud.bogaert@excelianes.com – EXCELIANES.COM
– SIRET 893089375 – RCS : CAEN – CAPITAL DE 10000 euros - TVA : 28140351914

Dernière mise à jour Janvier 2025

SOMMAIRE

LA METHODE PEDAGOGIQUE et LES DELAIS D'ACCES SONT COMMUNES À L'ENSEMBLE DES ACCOMPAGNEMENTS

Échange d'expérience - Exposés théoriques - Exercices. Jeux de rôle -
Entraînement. Vidéo

Délais d'accès : 2 à 6 semaines en fonction de nos disponibilités

1. LE COACHING DU DIRIGEANT ET DU BINOME DE DIRIGEANT
2. PARCOURS MANAGER
3. LA GESTION DES CONFLITS
4. ACCOMPAGNEMENT À LA CONDUITE DU CHANGEMENT
5. LE SEMINAIRE DE COHESION
6. L'ATELIER D'ANALYSES DE PRATIQUES
7. LE SEMINAIRE MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX TRAVAILLER ENSEMBLE

Pour les personnes en situation de handicap, merci de nous contacter au
06.95.52.22.35 afin d'échanger sur vos besoins spécifiques.

LE COACHING DE DIRIGEANT et/ou DU BINOME DE DIRIGEANT

Raison d'être de ce coaching

Hier la compétence essentielle du manager était de savoir motiver. Aujourd'hui, elle évolue dans sa capacité à accompagner ses principaux collaborateurs dans le changement, l'adaptabilité et le développement de leur capacité à agir.

Le coaching est un accompagnement individualisé qui a pour objectif l'amélioration de l'efficacité, le développement des compétences managériales, l'adaptation au changement, l'aide à la décision et à la résolution de difficultés relationnelles ou organisationnelles.

Après un audit de la situation organisationnelle présente dans l'entreprise et la définition de l'organisation cible désirée, le coach accompagne sur les moyens à déployer pour atteindre ses objectifs.

Pour qui ?

Dirigeants, managers, directeurs, binôme de dirigeants ou d'encadrants

Prérequis ?

Avoir un rôle d'encadrant

Structure et Durée :

6 séances de 2 à 3 heures

Objectifs :

- La prise de recul et la capacité d'analyse
- L'apport d'un éclairage extérieur neutre
- La prise de conscience de son mode de fonctionnement et de leurs effets
- L'apport de connaissances, de méthodes et d'outils adaptés aux besoins
- L'aide à la mise en œuvre des solutions.

PARCOURS MANAGER

Raison d'être de cet atelier-formation

Vous souhaitez favoriser un management de proximité auprès de vos managers et/ou collaborateurs, basé sur la confiance, le respect et la communication, et devenir vous-mêmes ou faire de vos managers des managers coachs.

L'objectif sera de savoir anticiper et se préparer à des situations diverses et variées avec aisance et de favoriser une cohésion d'équipe plus efficace. En apportant des clés utiles pour mieux contribuer, vous souhaitez favoriser l'esprit d'équipe, la coopération, faire monter en compétences avec efficacité vos collaborateurs et prendre le recul nécessaire pour faire progresser votre équipe.

Pour qui ?

Dirigeants, managers, directeurs

Prérequis ?

Avoir un rôle d'encadrant

Structure et Durée :

6 ateliers d'une demi-journée espacés d'un mois

3 séances de coaching individuel de 1h tous les deux ateliers

Objectifs :

- Mieux se connaître comme manager et développer la confiance mutuelle pour travailler efficacement ensemble.
- S'auto évaluer face à la gestion de conflit et mieux appréhender les situations conflictuelles.
- Progresser, responsabiliser et s'impliquer ensemble.
- Bâtir un plan de réussite individuel et collectif.

FORMATION À LA GESTION DES CONFLITS

Raison d'être de cet atelier-formation

Nous sommes tous confrontés quotidiennement à des incompréhensions, des désaccords, des tensions ou des crises relationnelles avec notre conjoint, nos proches, dans notre voisinage ou notre environnement professionnel. Face au conflit ou l'agressivité, nous sommes souvent désemparés, cherchant souvent à établir des responsabilités sans mobiliser les qualités d'observation, d'écoute et d'empathie qu'il convient de faire ressortir dans ces situations. Cette formation va permettre aux participants de mieux connaître les mécanismes en jeu dans le conflit pour trouver des réponses et des attitudes appropriées.

Pour qui ?

Tout public

Prérequis ?

Aucun

Structure et Durée :

2 jours de formation

2 séances de 2 heures en ateliers pratiques

Objectifs :

- Découvrir les mécanismes psychologiques et relationnels en jeu dans le conflit ou l'expression de l'agressivité
- Connaître les différentes étapes pour sortir d'un conflit
- Développer des aptitudes relationnelles pour s'exprimer, observer, écouter, reformuler pour transformer le conflit en opportunité

ACCOMPAGNEMENT À LA CONDUITE DU CHANGEMENT

Le changement a toujours existé (conditions de vie, environnement, organisation, politique sociale, économie, travail, valeurs, loisirs...).

Les entreprises n'existent pas indépendamment de l'environnement dans lequel elles s'insèrent.

Concevoir l'entreprise comme un système ouvert avec l'obligation de prendre en compte les influences internes (clients, marché, solutions de toutes sortes) sera une des premières qualités pour évoluer et se développer.

Dans ce contexte, changer n'est plus un luxe, ne correspond plus à un choix. Changer devient une *nécessité ingénieuse* pour les individus et les organisations.

On ne peut se contenter de reproduire les attitudes et comportements antérieurs car le risque de déphasage devient important.

Pour qui ?

Toute équipe soumise à un changement environnemental, structurel ou organisationnel

Prérequis ?

Aucun prérequis

Structure et durée :

Accompagnement personnalisé en fonction de l'effectif, des contraintes liées à l'environnement professionnel (En moyenne 8 jours)

Objectifs :

- Préparer le plan d'actions pour conduire le changement.
- Traiter les résistances au changement.
- Identifier les catégories d'acteurs et leur position face au changement.
- Mettre en œuvre une communication pertinente autour du changement.
- Faire face aux situations de conflit engendrées par le changement.
- Gagner l'adhésion des collaborateurs lors d'un changement.
- Exercer son leadership dans des situations tendues voire conflictuelles.

LE SEMINAIRE DE COHESION

Raison d'être de ce séminaire

Le séminaire de cohésion d'équipe est un puissant levier de développement de l'intelligence collective. C'est avant tout un processus de régulation interpersonnelle d'une équipe qui aboutit à augmenter et à pérenniser la motivation de celle-ci. Chacun des membres de l'équipe accède à une meilleure compréhension du fonctionnement de l'autre pour réduire les problèmes de communication, facteurs de démotivation et de problématiques de gestion des émotions.

Une équipe saine est une équipe qui a des problèmes et qui les gère. Ne pas les affronter, c'est risquer la perte de motivation et de performance pour une équipe. C'est donc un outil adapté à tous les moments de vie d'une équipe, si, et seulement si, les objectifs du séminaire d'équipe ont été bien définis.

Pour qui ?

Les managers, les dirigeants, les encadrants qui souhaitent donner un nouveau souffle à leurs équipes et qui souhaitent vivre une expérience d'enrichissement mutuel conduisant à la performance.

Prérequis ?

Groupe de 5 personnes minimum

Structure et durée :

Entre 1 à 3 journées en fonction de la demande et de l'effectif

Objectifs :

Plusieurs étapes sont nécessaires pour que le séminaire d'équipe aboutisse à une **vision collective du sens**, pilier fondamental de la motivation :

- **S'entretenir** avec tous les membres de l'équipe individuellement, y compris le manager, pour identifier les points d'appui, les points de blocage, le niveau de développement d'équipe, soit la courbe motivationnelle de chacun des membres.
- **Faire un retour** au manager sur les objectifs du séminaire d'équipe en respectant la confidentialité des entretiens, garant de la confiance et de la motivation du groupe.
- **Établir un plan d'action** sur l'animation du séminaire d'équipe de façon à répondre aux objectifs, en ne perdant pas de vue que le séminaire doit être conçu de façon à passer d'un stade de développement d'équipe à un autre.
- **La conclusion du séminaire** d'équipe est un moment d'échanges sur le chemin parcouru pendant le séminaire en faisant formuler à chacun sa propre perception sur lui-même et sur le groupe. Ce moment d'échange des signes de reconnaissance renforce la motivation de l'équipe.
- **Établir un suivi** de l'équipe de façon à mesurer les effets sur la motivation du groupe et permettre au manager de prendre conscience de la capacité de l'équipe à s'autonomiser.

L'ATELIER D'ANALYSES DE PRATIQUES ET LA SUPERVISION

Raison d'être de cet atelier

Dans un monde en perpétuel mouvement et en recherche constante de rentabilité, toute intervention au sein d'un groupe d'accompagnants ayant pour finalité première une plus grande prise en compte des besoins de l'utilisateur ainsi que la promotion de celui-ci et de ses projets à partir de l'observation et de la compréhension des situations éducatives et/ou pédagogiques concrètes vécues par les participants peut s'avérer être un bon tremplin vers une nouvelle dynamique.

L'intelligence collective doit être mise à profit et montre régulièrement son intérêt en cas de situations bloquantes, confrontantes ou délicates.

Elle doit permettre de donner du sens et de la cohérence aux interventions tout en intégrant la diversité des acteurs et les différences de points de vue.

Pour qui ?

Toute personne quel que soit son poste qui souhaite prendre du recul sur une situation donnée et qui souhaitent vivre une expérience d'enrichissement mutuel conduisant à la performance.

Prérequis ?

Groupe de 5 personnes maximum

Structure et durée :

1 journée

Objectifs :

- Développer des capacités d'analyse d'une situation vécue : prendre de la distance, la raconter et se questionner, engager une vision multi-référentielle.
- Clarifier une situation vécue et enrichir sa pratique.
- Dégager de nouvelles pratiques potentiellement transférables

SEMINAIRE MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX TRAVAILLER ENSEMBLE

Raison d'être de cet atelier

Le MBTI est l'outil de personnalité le plus connu et le plus utilisé au monde, et The Myers-Briggs Company en est l'éditeur et le distributeur exclusif. Bien plus que de simples questionnaires de personnalité, le MBTI fournit un modèle constructif et souple permettant de concevoir des solutions dans tous les domaines du développement personnel et de l'interaction humaine. Le profil MBTI fait apparaître la manière dont un individu perçoit le monde et interagit avec lui, en donnant un aperçu de ses motivations et de la motivation des autres. Cela constitue une base solide pour l'évolution et le développement personnels, dont découle une meilleure efficacité individuelle.

Pour qui ?

Toute équipe qui doit optimiser son mode de fonctionnement

Prérequis ?

Groupe de 5 personnes maximum

Structure et durée :

1 journée

Objectifs :

- Identifier son mode de fonctionnement avec le MBTI *(Myers Briggs Indicator)
- Identifier ses ressources et ses besoins de développement
- Comprendre les différents modes de fonctionnement et les besoins de chacun
- Échanger pour fluidifier la coopération
- Identifier les complémentarités
- Identifier les sources de dysfonctionnement

GRILLE TARIFAIRE 2025

- **1 jour de formation :**
1600 euros (PME)
1300 euros (TPE)
- **1 jour de formation avec le MBTI :** 1900 euros HT
+ 1 questionnaire MBTI prix coûtant 19 euros/ personne HT
- **Accompagnements séminaire et coaching de dirigeant :** proposition personnalisée
Tarif : nous consulter

Frais de déplacement, de restauration, d'hébergement et location de salle à charge du client

CONDITIONS GENERALES DE VENTE

Client : co-contractant de EXCELIANES

Formation interentreprises :

- Stages et Cycles interentreprises :

Formation sur catalogue ou sur mesure réalisée dans des locaux loués à disposition par EXCELIANES

- Parcours :

- Parcours Pro individuel : Parcours de formation préconisé associant plusieurs stages interentreprises.
- Parcours à la carte individuel : Parcours de formation composé de plusieurs stages interentreprises issus du catalogue au libre choix du Client.

Formation intra-entreprise : Formation réalisée sur mesure pour le compte d'un client réalisée dans les locaux du Client ou dans des locaux mis à la disposition par le Client ou loués par EXCELIANES

OBJET ET CHAMP D'APPLICATION

Toute commande de formation implique l'acceptation sans réserve par le Client et son adhésion pleine et entière aux présentes conditions générales de vente qui prévalent sur tout autre document du Client, et notamment sur toutes conditions générales d'achat.

DOCUMENTS CONTRACTUELS

EXCELIANES fait parvenir au Client, une convention de formation professionnelle continue établie selon les articles L6353-1 et L6353-2 du Code du travail. Le Client s'engage à retourner dans les plus brefs délais à EXCELIANES un exemplaire signé et portant son cachet commercial pour les professionnels.

Une attestation de présence sera systématiquement adressée au Client.

REMPLACEMENT D'UN PARTICIPANT

EXCELIANES offre au Client la possibilité de remplacer un participant sans facturation supplémentaire jusqu'à l'ouverture de la session de formation concernée, toute demande de remplacement devra être adressée par écrit.

CONDITIONS D'ANNULATION DES FORMATIONS PAR LE CLIENT

Toute annulation par le Client doit être communiquée par écrit.

Pour toute annulation communiquée par le Client à moins de 21 jours calendaires et au moins 8 jours calendaires avant la session de formation, 50% du montant de la formation sera facturé par EXCELIANES à ce dernier. Pour toute annulation communiquée par le Client à moins de 8 jours calendaires avant la session de formation, 100% du montant de la formation sera facturé par EXCELIANES à ce dernier.

CONDITIONS FINANCIERES

Une proposition commerciale et financière sera préalablement établie par EXCELIANES. Un acompte de 30% sera versé par le Client à la signature de la commande.

Le complément est dû à réception des différentes factures émises au fur et à mesure de l'avancement des formations.

En cas de non-paiement intégral d'une facture venue à échéance, après mise en demeure restée sans effet dans les 5 jours ouvrables, EXCELIANES se réserve la faculté de suspendre toute formation en cours et /ou à venir.

PRIX ET REGLEMENTS

Tous nos prix sont indiqués en euros et hors taxes. Ils sont à majorer de la TVA au taux en vigueur. Toute formation commencée est due en entier.

Les factures sont payables en Euros, à 30 jours date de facture, sans escompte et à l'ordre de EXCELIANES

Toute somme non payée à l'échéance donnera lieu au paiement par le Client de pénalités de retard au taux d'intérêt appliqué par la Banque Centrale Européenne à son opération de refinancement la plus récente majoré de 10 points de pourcentage.

Ces pénalités sont exigibles de plein droit, dès réception de l'avis informant le Client qu'elles ont été portées à son débit. Outre les pénalités constatées en cas de retard de paiement, le Client sera redevable d'une indemnité forfaitaire de 40€ pour frais de recouvrement conformément aux articles L441-6 c. com. et D. 441-5 c. com.

EXCELIANES se réserve néanmoins le droit de réclamer une indemnisation complémentaire, sur justification, lorsque les frais réellement exposés sont supérieurs à ce montant.

REGLEMENT PAR UN OPCA / OPCO

Si le Client souhaite que le règlement soit émis par l'OPCA / OPCO dont il dépend, il lui appartient :

- de faire une demande de prise en charge avant le début de la formation et de s'assurer de la bonne fin de cette demande ;

- de l'indiquer explicitement lors de la signature de la proposition commerciale

- de s'assurer de la bonne fin du paiement par l'OPCA / OPCO qu'il aura désigné.

Si l'OPCA / OPCO ne prend en charge que partiellement le coût de la formation, le reliquat sera facturé au Client.

Si EXCELIANES n'a pas reçu la prise en charge de l'OPCA / OPCO au 1er jour de la formation, le Client sera facturé de l'intégralité du coût du stage. En cas de non-paiement par l'OPCA / OPCO, pour quelque motif que ce soit, le Client sera redevable de l'intégralité du coût de la formation et sera facturé du montant correspondant.

REFUS DE COMMANDE

Dans le cas où un Client passerait une commande à EXCELIANES, sans avoir procédé au paiement de la (des) commande(s) précédente(s), EXCELIANES pourra refuser d'honorer la commande et de délivrer les formations concernées, sans que le Client puisse prétendre à une quelconque indemnité, pour quelque raison que ce soit.

INFORMATIQUE ET LIBERTES

Le Client est informé que les informations à caractère personnel qui sont communiquées à EXCELIANES en application et dans l'exécution des commandes et/ou ventes pourront être communiquées aux partenaires contractuels de EXCELIANES pour les besoins des dites commandes.

Conformément à la loi n°78-17 du 6 janvier 1978, dite Loi Informatique et Libertés, mise à jour par la loi du 6 août 2004, le Client dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition aux données personnelles le concernant. Ce droit est exerçable en faisant une demande par e-mail ou par courrier adressé à EXCELIANES.

PROPRIETE INTELLECTUELLE

- Pour les formations interentreprises

Les droits de reproduction, d'utilisation, de diffusion, d'adaptation, de modification, d'exploitation des supports de formation Interentreprises restent la propriété exclusive de EXCELIANES et ne peuvent donc pas être cédés au Client.

- Pour les formations intra-entreprise

Sous réserve du complet paiement du prix de la session de formation, EXCELIANES pourra céder au Client les droits d'utilisation des supports de formation, pour un usage exclusivement interne et dans des conditions devant être définies entre les parties.

RESPONSABILITE

EXCELIANES ne pourra être tenue responsable de tout dommage direct subi par le Client et résultant de l'exécution des actions de formation. L'indemnité due au Client, en réparation de son préjudice, ne pourra dépasser le montant correspondant aux sommes versées par le Client EXCELIANES au titre de l'année civile pendant laquelle le dommage a eu lieu.

CONFIDENTIALITE

Toutes informations (hors celles accessibles au public) dont EXCELIANES ou le Client aura eu connaissance ou qui auront été communiquées par l'autre partie ou par un client un tiers, antérieurement ou durant l'exécution du contrat, sont strictement confidentielles et chacune des parties s'interdit de les divulguer.

Pour les besoins de l'exécution des prestations, chacune des parties n'est autorisée à communiquer les informations susvisées qu'à ses préposés et/ou éventuels sous-traitants autorisés ; chacune des parties se porte fort du respect de cette obligation par ses préposés et/ou éventuels sous-traitants. Chacune des parties s'engage à restituer (ou détruire, au choix de l'autre partie) lesdites informations ainsi que leur copie, dans les 5 jours ouvrés après le terme ou la résiliation du contrat ou du bon de commande, sur simple demande de l'autre partie. Les Parties seront liées par la présente obligation de confidentialité pendant une durée de 1 an à compter de la cessation de leurs relations contractuelles.

COMMUNICATION

Le Client autorise expressément EXCELIANES à mentionner son nom, son logo et à faire mention à titre de références de la souscription à une commande et de toute opération découlant de son application dans l'ensemble de leurs documents commerciaux.

RENONCIATION

Le fait pour EXCELIANES de ne pas se prévaloir à un moment donné de l'une des clauses des présentes, ne peut valoir renonciation à se prévaloir ultérieurement de

ces mêmes clauses.

DÉDIT OU ABANDON

En cas de dédit par le cocontractant à moins de 15 jours francs avant le début de l'action mentionnée à l'article 1, ou d'abandon en cours de formation par un ou plusieurs stagiaires, l'organisme retiendra sur le coût total, les sommes qu'il aura réellement dépensées ou engagées pour la réalisation de ladite action, conformément aux dispositions de l'article L 6354-1 du code du travail.

MODALITÉS MATÉRIEL.

L'organisme de formation s'engage à mettre à disposition des participants :

- Une salle respectant les règles d'hygiène et de sécurité en vigueur

- Le matériel nécessaire à la bonne réalisation de la formation (vidéo projecteur, paper board...)

LOI APPLICABLE

Les Conditions Générales et tous les rapports entre EXCELIANES et ses Clients relèvent de la Loi française.

ATTRIBUTION DE COMPETENCES

Tous litiges qui ne pourraient être réglés à l'amiable seront de la COMPÉTENCE EXCLUSIVE DU TRIBUNAL DE COMMERCE DE CAEN quel que soit le siège ou la résidence du Client, nonobstant pluralité de défendeurs ou appel en garantie.

Cette clause attributive de compétence ne s'appliquera pas au cas de litige avec un Client non professionnel pour lequel les règles légales de compétence matérielle et géographique s'appliqueront. La présente clause est stipulée dans l'intérêt de la société EXCELIANES qui se réserve le droit d'y renoncer si bon lui semble.

ELECTION DE DOMICILE

L'élection de domicile est faite par EXCELIANES à son siège social : 58 rue du Mariquet 14850 HEROUVILLETTE

DELAI D'ACCES

Entre la demande du bénéficiaire et le démarrage de l'accompagnement, un délai minimum de 15 jours est à prévoir.