

Formations CEDAGE-AIN

CATALOGUE 2ème SEMESTRE
2024



OMGA CEDAGE-AIN
BIC-BNC
78 B rue GAY LUSSAC
01440 VIRIAT
Téléphone : 04 74 22 67 34
Fax : 04 74 23 50 04
Email : cedageain@cedageain.fr

LA METHODE DISC

Dominant, Influent, Stable et Conforme

Améliorer ses relations et sa communication avec la méthode DISC



Objectif :

- Comment adapter ses relations et sa communication face à ses interlocuteurs ?
- Quelles sont vos couleurs de leader ?

Programme :

Découverte de la Méthode DISC :

- X La signification de chacune des couleurs
- X Comment reconnaître, comment communiquer, ce qu'il ne faut surtout pas faire avec **un Rouge**, **un Jaune**, **un Vert**, **un Bleu**
- X Les caractéristiques et le style de chaque couleurs
- X Les indices sur son langage corporel et son vocabulaire
- X Quelles sont les couleurs des participants ?
- X Exercices pratiques

Votre formatrice : Emma BUFFALO FLOQUET

Date : lundi 23 septembre 2024

RGPD

Accompagnement vers la mise en conformité



Objectif :

- ✓ Définition, objectifs et enjeux du RGPD
- ✓ Etat des lieux
- ✓ Complétude de la documentation de la CNIL
- ✓ Boîte à outils RGPD (documentation, mentions et courriers type, modèles chartes, guides, recueil consentement)

Votre formateur : Ludovic CHAMBOST

Date : lundi 14 octobre 2024

Horaires : 9h – 12h

Lieu : Salle de réunion du CEDAGE-AIN
78B Rue Gay-Lussac à 01440 VIRIAT

Formation gratuite

DUERP

Document unique d'évaluation des risques professionnels

Objectif:

- Aide à l'élaboration du DUERP



Votre formateur : Ludovic CHAMBOST

Date : lundi 14 octobre 2024

Horaires : 14h – 17h

Lieu : Salle de réunion du CEDAGE-AIN
78B Rue Gay-Lussac à 01440 VIRIAT

COMMENT DÉVELOPPER ET ENTRETENIR SA MÉMOIRE



Objectif :

- ✓ Gérer la charge mentale liée à la mémoire de travail
- ✓ Se familiariser avec les stratégies mnémotechniques de récupération d'informations
- ✓ Découvrir sa mémoire dominante
- ✓ S'entraîner à mémoriser différentes choses avec différentes méthodes

Programme :

- Le circuit de la mémoire
- Gérer les interférences du quotidien
- Le traitement de l'information par les mémoires sémantiques, épisodiques, procédurales
- Les outils de clarification : mots clés, dessins, ect...
- Mémoriser durablement l'essentiel de la journée.

Votre formateur : Vincent DELOURMEL

Date : lundi 4 novembre 2024

Horaires : 9h – 17h

L'ENNEAGRAMME MODULE II

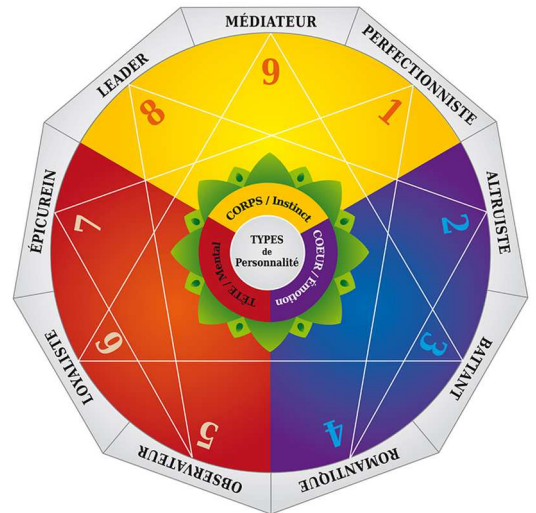
APPROFONDISSEMENT

Avoir suivi l'Ennéagramme niveau 1



FORMATION SUR 2 JOURNEES

lundi ET mardi



Objectif :

Après l'initiation, nous allons approfondir notre connaissance de l'Ennéagramme.

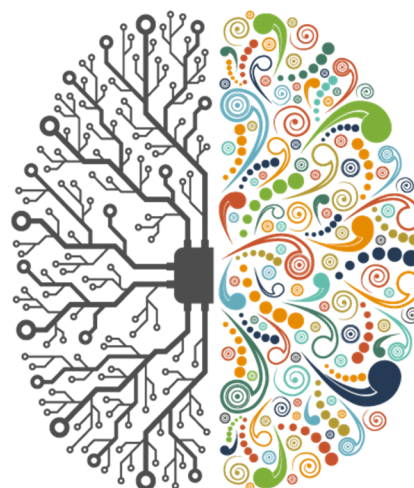
Programme :

- La compulsion, la passion, la fixation, le mécanisme de défense, la vertu, l'idée supérieure, l'intuition... de chaque type.
- Chacun pourra témoigner des manifestations de l'Ennéagramme dans sa vie quotidienne.
- Les sous-types du centre instinctif :
 - Survie, social, tête à tête

Votre formateur : Bruno SAUDREAU

Date : lundi 18 novembre 2024 **et** mardi 19 novembre 2024

DEVELOPPER SON POTENTIEL INTUITIF



Objectif :

Acquérir des outils et techniques pour développer son intuition et en faire un véritable outil de décision, de créativité et de connaissance de soi.

Programme :

- Découvrir ce qu'est l'intuition
-
-
- Concilier intuition et intellect

Pourquoi ne l'écoutons plus

Distinguer interprétation et intuition

Les pratiques :

- X Stimuler ses 5 sens pour entendre et savoir
- X Aiguiser son intuition avec pratiques et postures
- X S'entraîner avec des exercices concrets et jeux intuitifs
- X
- agir
- X
- d'incertitude ou de cécité
- X Exercice de méditation

Chercher en soi l'information pour

Savoir décider en situation

Votre formatrice : Catherine ROUAULT

Date : lundi 2 décembre 2024

Horaires : 9h – 17h

Lieu : Salle de réunion du CEDAGE-AIN
78B Rue Gay-Lussac à 01440 VIRIAT

Coût de la journée de formation : 15€
Déjeuner au restaurant le midi compris.

INSCRIPTION

Nom Prénom

Entreprise N° d'adhérent.....

Email Portable.....

Formation	Date	Participants
La méthode DISC	lundi 23 septembre 2024	
RGPD	lundi 14 octobre 2024	
Document unique	lundi 14 octobre 2024	
Développer et entretenir sa mémoire	lundi 4 novembre 2024	
L'Ennéagramme MODULE 2 Formation sur 2 jours	Lundi 18 novembre et mardi 19 novembre 2024	
Développer son potentiel intuitif	Lundi 2 décembre 2024	

L'inscription à toute formation devra être impérativement accompagnée du chèque correspondant. Pour toute formation d'une journée complète, le déjeuner pris en commun dans un restaurant est compris dans le coût de la formation.

MERCI D'ETABLIR UN CHEQUE PAR FORMATION