



FORMATION

Appréhender les changements de demain !

100% A DISTANCE, 100% PARTICIPATIVE

Durée : 4 sessions de 2h en groupe de 6 pers max 1 rendez-vous individuel de suivi d'1h30

Dates : 4-11-18-25 mai 2020 **Horaires** : 14h-16h

Ces dates ne vous conviennent pas **Organisons une nouvelle session !**

Il n'y a aucun doute : le confinement a bouleversé notre quotidien personnel et professionnel ! Nous avons été amenés à modifier nos façons de vivre de façon brutale, sans préavis. Nous avons tous réagi différemment. Stress, peur, indifférence, détachement, amusement, colère, incertitude...

Si cette épreuve nous confronte chacun à **un rapport à soi-même**, elle doit nous emmener à renforcer nos ressources pour pouvoir reprendre notre vie sociale et professionnelle avec sérénité et confiance.

Objectifs pédagogiques

- Gérer le contexte d'incertitude
- Gagner en confiance et en sérénité
- Trouver ses leviers pour ses (re)mettre en action

Animation

A TA , A T AT

Formation **100% distance** animée en visio-conférence par notre intervenant.

Au même titre qu'une formation en présentiel, les participants seront dans une "**salle de formation virtuelle**" où ils pourront **inter-agir**, réaliser des **exercices** et des **misés en situation**, bénéficier de **ressources variées** (vidéos, fiches outils, ...)

Les inter-sessions permettront aux participants de travailler seul ou en groupe sur **un sujet proposé** par l'intervenante.

Programme



Modalités pratiques

- ORINASA est un organisme de formation référencé DATADOCK.
- 100% financés par l'Etat dans le cadre du dispositif FNE-formation Plan COVID-19 pour vos salariés en activité partielle.
- Prise en charge possible par votre OPCO
- Coût unique : 1000 € HT
- Nous vous accompagnons dans toutes vos démarches administratives.

Informations et inscriptions

melanie.egalon@orinasa.fr
06 50 10 62 16