AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

CATALOGUE DE FORMATION

Liste des formations proposées :

TRANSMISSION

1. Formation de formateurs occasionnels

2. Pédagogie active et psychologie positive

ORGANISATION

3. Organiser ses idées et gérer ses projets avec le Mindmapping

4. Gestion du temps et efficacité professionnelle

5. Pilotage de projet

CHANGEMENT

6. Développer sa confiance en soi

7. Gestion de conflits

8. Communication et relations professionnelles

9. Construire son projet professionnel

10. Accompagnement VAE

11. Découvrir la psychologie positive

DATADOCKÉ

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Ingénierie de formation et pédagogie

Formation de formateurs occasionnels

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principes essentiels de la pédagogie
- Instaurer une relation pédagogique bienveillante
- Concevoir et animer une séance de formation, avec des outils de pédagogie active

Compétences visées

- Construire et animer une séance de formation sur son domaine de compétences

Durée

3 jours (21 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Identifier le vrai besoin de formation
- Rôle du formateur : clarification et enjeux
- Principes de la pédagogie pour adultes
- Instaurer une relation pédagogique bienveillante

JOUR 2

- Définir des objectifs pédagogiques
- Construire une progression pédagogique
- Pédagogie active : jeux de formation
- Conduire un débriefing et faire des feed-back

JOUR 3

- Communication, reformulation et écoute active
- Mettre en place une dynamique de groupe
- Évaluer les acquis et le dispositif de formation
- Instaurer un suivi de la formation

PUBLIC

- Cadres, managers, salariés
- Indépendants ayant une solide expérience dans leur domaine

PRE-REQUIS

- Compétences rédactionnelles minimales
- Compétences de recherches et synthèse d'informations

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Plateforme de formation en ligne et ressources multimédias
- Support de formation et fiches d'activités pédagogiques

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Formation de formateurs inédite !

Renovez et Dynamisez vos formations avec la

Pédagogie active et la Psychologie positive !

Objectifs pédagogiques

- Intégrer les apports de la psychologie positive et des neurosciences dans ses formations
- Choisir et adapter des activités ludiques pour atteindre ses objectifs pédagogiques
- Concevoir des scenarios pédagogiques qui permettent d'accrocher l'apprenant

Compétences visées

- Concevoir et animer des formations avec des outils de pédagogie active et ludique, en intégrant les apports de la psychologie positive

Durée

- 3 jours (21h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Les apports de la psychologie positive et des neurosciences pour une formation plus efficace
- Les brises-glaces au service de la dynamique de groupe
- Une progression pédagogique pour donner envie et mettre en action

JOUR 2

- Les 4 couleurs, pour connaître votre style de formateurs et le style de vos apprenants
- Activités et jeux pour dynamiser vos formations, et vous adresser à tous vos styles d'apprentants

JOUR 3

- Découverte, expérimentation et mise en situation avec des activités ludiques et pédagogiques, adaptées à votre domaine d'intervention

PUBLIC

Formateurs, indépendants, consultants ou formateurs occasionnels

PRE-REQUIS

Avoir animé des formations,

MODALITES PEDAGOGIQUES

Pédagogie active et ludique
Plateforme de formation en ligne pour mettre à disposition tous les supports

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation : animation d'activités ludiques
Evaluation de formation sous forme de questionnaires anonymes

CONTACT

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Gestion de projet et optimisation du temps

Organiser ses idées et gérer ses projets avec le Mindmapping

Objectifs pédagogiques

- Découvrir le mindmapping et ses différents usages
- Connaître les principes méthodologiques
- Maîtriser un logiciel de mindmap
- Organiser un projet concret

Compétences visées

Construire une mindmap efficace en version papier et en version numérique

Durée

- 2 jours (14 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Origines, Usages et efficacité du mindmapping
- Principes méthodologiques et mise en pratique
- Découverte d'un logiciel gratuit
- Avantage de la mindmap « papier » et « numérique »

JOUR 2

- Elaboration d'une carte par rapport à un projet professionnel ou personnel
- Retours d'expériences et échanges d'usage
- Optimiser la mindmap : la synesthésie
- Découvrir la mindmap collaborative

PUBLIC

Cadres, managers, salariés

PRE-REQUIS

Utilisation quotidienne d’un ordinateur

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Participation interactive et pédagogies actives
- Plateforme de formation et outils collaboratifs
- Un formateur pour 15 p maximum
- Evaluation de formation à chaud et à froid (3 à 6 mois après l’action)

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Gestion de projet et optimisation du temps

Gestion du temps et efficacité professionnelle

Objectifs pédagogiques

- Identifier les voleurs de temps et son fonctionnement
- Connaître des outils pour optimiser son temps
- Mettre en place une nouvelle organisation optimale grâce aux outils numériques (seul, en équipe)

Compétences visées

- Mettre en oeuvre des outils et méthodologies de gestion du temps adaptés à ses objectifs professionnels

Durée

- 3 jours (21 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Notions autour de la gestion du temps
- Se connaître pour adapter son organisation
- Identifier les fonctionnements en équipe

JOUR 2

- Outils du numériques pour optimiser son temps
- Découvrir la méthodologie GTD
- Mettre en place un plan d'action du changement

JOUR 3

- Optimisation du temps et bonnes pratiques :
  conduite de réunions,
  gestion de projet,
  communication,
  mobilité et hors temps de travail

PUBLIC

- Cadres, Managers, responsable d'unité, collaborateurs ou tout salarié
- Chefs d'entreprises, indépendants

PRE-REQUIS

Utilisation quotidienne d'un ordinateur

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Participation interactive et pédagogies actives
- Plateforme de formation et outils collaboratifs : suivi à distance

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Gestion de projet et optimisation du temps

Pilotage de projet

Objectifs pédagogiques

- Connaître les étapes clés d'un projet et outils indispensables au pilotage
- Analyser le besoin, construire un budget et un planning
- Concevoir des tableaux de bords (suivi indicateurs)

Compétences visées

- Construire les documents adaptées et nécessaires aux différentes étapes du projet : cahier des charges, planning, budget et tableau de bord
- Anticiper les risques et ajuster le suivi

Durée

3 jours (21 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Définir un projet et découvrir les étapes clés du déroulement d'un projet
- Analyser les besoins et l'environnement
- Découvrir les outils du numérique qui facilitent la gestion de projet

JOUR 2

- Construire un cahier des charges
- Construire une planification avec le diagramme de Gantt et le réseau Pert
- Anticiper les risques, suivre le planning et effectuer les réajustements

JOUR 3

- Construire et suivre un projet sur les aspects financiers : du plan de financement au budget
- Concevoir les outils appropriés pour piloter les décisions : les tableaux de bord

PUBLIC

Cadres, managers, salariés

PRE-REQUIS

Avoir participé à plusieurs projets d'équipe

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Participation interactive et pédagogies actives
- Plateforme de formation et outils collaboratifs
- Un formateur pour 15 p maximum
- Evaluation de formation à chaud et à froid (3 à 6 mois après l'action)

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Formation Développer sa confiance en soi

Réconciliez-vous avec vous et améliorez vos relations !

"Si tu as confiance en toi-même, tu inspireras confiance aux autres..."
Goethe

Objectifs pédagogiques

- Faire le point sur les différents axes de l'estime de soi
- Identifier et repérer ses forces et ses qualités
- Développer une posture assertive dans sa communication

Compétences visées

- Identifier et accueillir ses émotions
- Détecter et répondre à ses besoins

Durée

3 jours (21h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Réaliser un diagnostic de sa confiance en soi dans les différents champs de sa vie
- Identifier ses forces
- Découvrir les 9 piliers de la confiance en soi

JOUR 2

- Identifier et apprendre à gérer son critique intérieur
- Repérer ses ressources et ses qualités
- Apprendre à écouter ses émotions et détecter ses besoins

JOUR 3

- Développer son assertivité dans les relations
- Analyser et échanger sur des situations problématiques

PUBLIC

Tous publics : Demandeur d'emploi, Salarié, Manager, Travailleur indépendant, Chef d'entreprise

PRE-REQUIS

Aucun

MODALITES PEDAGOGIQUES

Pédagogie active et ludique
Plateforme de formation en ligne pour mettre à disposition tous les supports

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation
Evaluation de formation sous forme de questionnaires anonymes

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Formation Gestion de conflits

Prévenir et traiter les conflits avec la communication nonviolente (CNV) et la psychologie positive

Objectifs pédagogiques

- Repérer les situations à risques et prévenir les conflits par une communication plus claire
- Mobiliser ses ressources avec la psychologie positive pour mieux gérer les conflits
- Comprendre les leviers de changement pour gérer durablement les conflits

Compétences visées

- Communiquer de façon bienveillante
- Avoir une posture d'écoute active
- Mettre en place des situations de gestion de conflts

Durée

3 jours (21h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Repérer et comprendre les situations à risques pouvant mener au conflit
- Identifier les situations de quiproquo et les décoder

JOUR 2

- Identifier ses ressources et ses critiques pour mieux gérer sa communication
- Ecouter ses émotions et ses besoins
- Détecter et entendre les émotions et les besoins de l'autre

JOUR 3

- Développer son assertivité dans les relations
- Analyser et résoudre des situations conflictuelles

PUBLIC

Tous publics : Demandeur d'emploi, Salarié, Manager, Travailleur indépendant, Chef d'entreprise

PRE-REQUIS

Aucun

MODALITES PEDAGOGIQUES

Pédagogie active et ludique
Plateforme de formation en ligne pour mettre à disposition tous les supports

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation
Evaluation de formation sous forme de questionnaires anonymes

CONTACT

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Des relations professionnelles plus agréables et plus efficaces avec la

Formation communication et relations professionnelles

Objectifs pédagogiques

- Connaître et mettre en œuvre les principes de la communication interpersonnelle,
- Adapter stratégiquement son positionnement en fonction de l'interlocuteur et des enjeux,
- Définir et utiliser les éléments d'une situation complexe voire conflictuelle.

Compétences visées

- Communiquer de façon factuelle et bienveillante
- Savoir écouter pour désamorcer les conflits

Durée

3 jours (21h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Découvrir les fondamentaux de la communication interpersonnelle : Communication et écoute
- Comprendre l'importance de la communication non verbale

JOUR 2

- Comprendre le rôle des émotions et besoins dans la communication
- Mettre en oeuvre des outils pour faciliter la communication dans l'équipe

JOUR 3

- Développer son assertivité dans les relations professionnelles
- Prévenir l'émergence de conflits

PUBLIC

Tous publics : Salarié, Manager, Travailleur indépendant, Chef d'entreprise

PRE-REQUIS

Aucuns

MODALITES PEDAGOGIQUES

Pédagogie active et ludique
Plateforme de formation en ligne pour mettre à disposition tous les supports

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation
Evaluation de formation sous forme de questionnaires anonymes

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Projet professionnel et portfolio

Construire son projet professionnel

Objectifs pédagogiques

- Appréhender les acteurs et dispositifs ressources
- Mobiliser ses ressources pour identifier les grandes lignes de son projet
- Prendre conscience de ses potentialités, de ses forces et de ses freins

Compétences visées

Devenir acteur de son projet professionnel

Durée

3 jours (21 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Faire le bilan de son parcours à travers ses expériences personnelles, professionnelles et extra-professionnelles
- Identifier ses lignes de forces

JOUR 2

- Aborder ses freins à l'action
- Identifier les compétences acquises
- Présenter et illustrer ses forces, ses goûts

JOUR 3

- Construire un projet en fonction de ses aptitudes, valeurs et freins
- Élaborer un plan d'action

PUBLIC

Tous publics

PRE-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Plateforme de Portfolio : capitaliser et diffuser son parcours
- Jeux de formation et outils de reconnaissance des acquis

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE
CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Validation des acquis de l'expérience

Accompagnement VAE

Objectifs pédagogiques

L 'accompagnement est un appui méthodologique destiné à aider le candidat à constituer son dossier en analysant son expérience

L 'accompagnement peut débuter dès que le candidat fournit la notification de recevabilité délivrée par l'organisme valideur du diplôme.

La démarche d'accompagnement ne préjuge en aucun cas de l'étendue de la validation qui peut être prononcée par le jury du diplôme.

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

DEUX À TROIS SÉANCES PORTANT SUR :

- **La présentation du contrat entre le candidat à la VAE et l'accompagnateur :**

Les clauses du contrat portent sur les principes de volontariat de la démarche, de confidentialité, de neutralité des accompagnateurs et sur l'aide strictement méthodologique.

- **Le retour sur parcours :**

Le candidat fait un inventaire de ses expériences professionnelles, salariées, non salariées et bénévoles. Il choisit avec l'accompagnateur celles qui sont les plus pertinentes au regard du référentiel du diplôme visé.

QUATRE À SEPT SÉANCES :

- **D'entretiens d'analyse descriptive des activités ou entretiens d'explicitation :**

Les questions « ouvertes » de l'accompagnateur permettent au candidat de décrire avec une précision suffisante le contexte de ses activités et les procédures qu'il a mises en œuvre.

- **Le passage de la verbalisation orale à la verbalisation écrite :**

A partir des activités (deux au maximum) décrites oralement puis transcrites par le candidat, l'accompagnateur formule par écrit les questions et les remarques permettant au candidat d'atteindre le degré de précision attendu par le jury. Cette étape peut aussi s'effectuer à distance (par mail) ou sur rendez-vous.

- **La préparation à l'entretien :**

A la demande du candidat, l'accompagnateur peut l'aider à préparer l'entretien devant le jury si celui-ci est prévu .

Aurélie CASTIES Formatrice & Accompagnatrice fait partie du réseau des accompagnateurs VAE de la DJSCS

ACCOMPAGNEMENT VAE

CLAUSE

Les 24h inclut le travail en présentiel et le travail à distance (suivi par mail). La moitié de la somme devra être réglée dans les deux mois qui suivent la signature du bon pour accord du devis et la totalité dans les six mois qui suivent la signature du du bon pour accord du devis accompagné d'un justificatif de prise en charge le cas échéant. Tout accompagnement commencé est dû dans sa totalité.

PUBLIC

Tous public

PRE-REQUIS

Compétences de lecture et d'écriture requises

COMPÉTENCES VISEES

Expliciter ses activités afin de présenter le réel de l'activité professionnelle vécue, en lien avec le référentiel du diplôme visé

MODALITES PEDAGOGIQUES

- Entretien individuel
- Suivi à distance possible

CONTACTS

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21

AURÉLIE CASTIES

Formatrice & Accompagnatrice

Découvrir la Psychologie positive pour mieux vivre votre quotdien !

Objectifs pédagogiques

- Faire un bilan de son bien-être et apprendre à mieux le gérer
- Identifier et développer vos forces au quotidien
- Découvrir la pleine conscience
- Apprendre à rebondir face aux difficultés

Compétences visées

- Intégrer les apports de la psychologie positive au quotidien, et mieux affronter les difficultés professionnelles et personnelles

Durée

- 2 jours (14 h)

Contactez-moi :
aurelie.casties@gmail.com
06.92.27.89.21

DATADOCKÉ

LE PROGRAMME

JOUR 1

- Faire un bilan avec la boussole du bien-être
- Découvrir la gratitude
- Identifier et développer ses forces de caractère

JOUR 2

- Découvrir et expérimenter la pleine conscience et la cohérence cardiaque
- Identifier ses "perroquets négatifs" et ses ressources
- Apprendre à rebondir face aux difficultés

PUBLIC

Tous publics

PRE-REQUIS

Aucun

MODALITES PEDAGOGIQUES

Pédagogie active et ludique
Plateforme de formation en ligne pour mettre à disposition tous les supports et suivi pour l'évolution du leadership

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation : animation d'activités ludiques
Evaluation de formation sous forme de questionnaires anonymes

CONTACT

aurelie.casties@gmail.com ou 06.92.27.89.21