

# La Formation :

## un enjeu pour booster ses projets

Depuis 2014, Co-actions propose une offre de formation adaptée au développement économique des organisations. Notre catalogue s'articule autour de 5 domaines de compétence : **la stratégie de développement et gestion, la communication, le développement personnel et professionnel, la formation et ressources humaines, et le bâtiment (nouveau 2018 !)**.

### Les + de la formation

- x Une approche pédagogique personnalisée et active,
- x Un mode d'animation basé sur l'écoute et le partage d'expérience,
- x Des formateur.trice.s consultant.e.s qui détiennent une expertise métier opérationnelle forte,
- x Des professionnel.le.s qui vous accompagnent dans l'analyse de vos besoins en formation.



## Stratégie de développement et gestion

Le développement commercial est au cœur de la posture d'entrepreneur.e. Nous vous proposons de créer votre boîte à outil : définition de votre pitch, de vos tarifs, démarchage, réseautage ...

### ~ Le Pep's Co-actions

Savoir construire sa stratégie commerciale, expérimenter différents argumentaires et construire un plan d'actions efficace.

### ~ Prospection et confiance en soi

Être capable de s'affirmer et de présenter brièvement son offre de façon attractive.

### ~ Mon rapport à l'argent

Prendre conscience de son rapport à l'argent pour définir les tarifs qui vous ressemblent !

### ~ Montage de projets européens et de coopération pour les acteurs de l'ESS\*

Acquérir les clés de compréhension du cadre des programmes, une connaissance des lignes mobilisables pour l'ESS et une méthodologie du montage de projets à l'échelle européenne.

\*ESS : Économie Sociale et Solidaire

### ~ Enjeux de la gestion financière du développement pour les associations

Analyser la fiscalité, le droit et la comptabilité / gestion des associations et en tirer les conséquences sur la stratégie et la structure.



## Communication

L'image, le web, la vidéo, les réseaux sociaux sont les indispensables des entrepreneur.e.s et de toute organisation. Nous vous proposons de les découvrir et même de les adopter facilement !

### ~ Créer son site web avec Wordpress

Être en capacité de créer son site web ou son blog et d'en assurer l'actualisation.

### ~ Filmer son activité

Optimiser les qualités de ses vidéos : s'adapter aux conditions de tournage (matériel,

lieu), afin d'améliorer le rendu des vidéos.



## Développement personnel et professionnel

Ce n'est plus à prouver, l'efficacité au travail est étroitement reliée à l'équilibre et au bien-être. Les mots clés sont : meilleure connaissance de soi, écoute et organisation ! Nous vous proposons d'actionner ces leviers pour booster votre activité.

### ~ Assertivité : savoir communiquer

Savoir communiquer et s'affirmer sans crainte ni agressivité dans ses relations professionnelles.

### ~ Les bases de la Process Communication®

Comprendre son propre mode de fonctionnement, ses besoins et ses canaux de communication, ainsi que ceux des autres.

### ~ Process Com® niveau avancé

Approfondir sa connaissance et sa pratique des outils de la Process Communication®.

### ~ Mieux communiquer

Améliorer ou rétablir ses relations familiales et/ou professionnelles.

### ~ Ateliers de co-développement

Améliorer sa pratique et ses connaissances et élargir sa capacité d'action en utilisant l'intelligence collective entre pairs.

### ~ Organiser son activité

Acquérir des outils professionnels pour améliorer son organisation quotidienne et la planification d'actions à long terme.

### ~ SlaPeR : Susciter la Participation en Réunion

Créer le contexte en amont d'une réunion puis animer une réunion conviviale, efficace et démocratique, à-même de susciter une participation active.

### ~ Dynamiser sa prise de note

Acquérir des outils pour une prise de note efficace, facile et agréable à consulter.

### ~ Prise de parole en public

Acquérir les techniques de l'expression orale : diction / articulation / intonation, et la technique de la respiration abdominale.

### ~ Prévention du sommeil

Intégrer les conditions théoriques et pratiques d'un sommeil de qualité.

### ~ Bien s'alimenter pour mieux travailler

Avoir une alimentation équilibrée et de qualité pour faire face au stress et gagner en efficacité dans sa vie professionnelle.

### ~ Je prends soin de ma posture

Acquérir des méthodes pour soigner sa posture et améliorer son confort de travail.



## Formation et ressources humaines

Formateurs professionnels, occasionnels, ou en devenir, découvrez ou améliorez votre posture de formateur et votre méthodologie.

### ~ Concevoir et animer une formation

Acquérir des outils pour réaliser une formation : définir la commande, structurer l'action de formation, et préparer l'animation.

### ~ Le formalisme et la qualité de la formation

Connaître le formalisme administratif et juridique indispensable à la formation professionnelle et répondre aux nouvelles exigences de la réforme en termes de qualité.

### ~ Animer des ateliers, des formations et des accompagnements collectifs dynamiques

Acquérir des outils pour améliorer la transmission du message et obtenir l'attention de ses participants.

### ~ Entraîneur de formation-action

Savoir entraîner un groupe de pairs sur des situations concrètes d'activité commerciale ou entrepreneuriale.

### ~ Facilitateur de co-développement professionnel

Connaître et comprendre pour animer les différentes étapes du co-développement professionnel.

### ~ Concevoir et animer un Théâtre Forum

De la conception à l'animation, s'approprier cet outil d'intelligence collective.

### ~ La fonction employeur

Maîtriser les enjeux essentiels de la gestion administrative des ressources humaines en conformité avec la législation.



## Bâtiment

### - Applicateur isolation naturelle béton et enduit de chanvre

Connaître les différents domaines d'application (sol, mur, toiture) et se former aux techniques de mise en œuvre.

## ? Qui est Co-actions ?

Nous sommes une Coopérative d'Activité et d'Emploi. Nous accompagnons les porteurs de projet de façon individuelle et collective, du projet au démarrage, puis tout au long du développement de leur activité. Le porteur de projet devient alors Entrepreneur.e Salarié.e et Associé.e et Co-actions son entreprise partagée avec ses pairs. Chacun.e bénéficie ainsi de services mutualisés de qualité : comptabilité, gestion, hébergement juridique, formation, accompagnement ...

## € Tarifs

Nous consulter pour réaliser un devis

## 📍 Lieux

De Saint Macaire à Agen, de La Réole à Mont de Marsan, de Bordeaux à Hagetmau. Les lieux de nos formations sont déterminés en fonction des inscriptions.

## ✓ Contact

### En savoir +



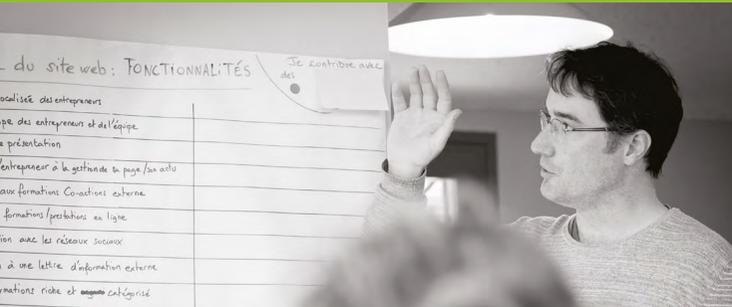
Photos : ©Cécile Labonne - cecilelabonne@gmail.com // Création graphique : contact@lougrophisme.com



## FORMEZ-VOUS

avec les **ENTREPRENEUR.E.S**  
de **CO-ACTIONS !**

FOR-  
MA-  
TION  
2018



Déclaration d'activité formation enregistrée sous le n°72 33 08530 33