



Votre partenaire pour le développement du potentiel humain

-  Faire évoluer l'individu
-  Accompagner l'équipe
-  Développer l'organisation

Et aussi

-  Des accompagnements personnalisés
-  Du teambuilding



RÉF	TITRE	NB DE JOURS	PAGE
SGT	Se gérer dans le temps pour en gagner	1	23 →
FEA	Faire de ses émotions des alliées	1	7 →
GSS	Gérer son stress	1	25 →
FBS	Faire baisser sa stressabilité	2	24 →
CPI	Communiquer avec impact	1	6 →
SZC	Stresser sa zone de confort	1	31 →
DCL	Dépasser ses croyances limitantes	1	8 →
MIA	Muscler son intelligence adaptative	1	33 →
BSC	Booster sa créativité	1	34 →
GES	Gagner en estime de soi	1	32 →



ACCOMPAGNER L'ÉQUIPE



RÉF	TITRE	NB DE JOURS	PAGE
FCE	Favoriser la cohésion d'équipe	1	17 →
ACI	Adapter sa communication à ses interlocuteurs	1	9 →
DFC	Donner des feedbacks constructifs	1	11 →
ACA	Adopter des comportements assertifs	2	10 →
RD	Recruter durablement	2	14 →
DE	Déléguer efficacement	1	15 →
MEM	Mener des entretiens managériaux	2	16 →
AGC	Anticiper et gérer les conflits	2	19 →
APC	Adopter une posture de coach	1	18 →
SAI	Susciter l'adhésion à ses idées	2	35 →

* Talent Development by Training and Coaching

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT



+352 691 48 26 26



lydia@feelingfc.com

www.feelingfc.com



RÉF	TITRE	NB DE JOURS	PAGE
PPP	Prendre la parole en public	3	12 →
ARE	Animer des réunions efficaces	1	26 →
DSC	Définir une stratégie commerciale	1	36 →
VAS	Vendre avec aisance et sérénité	2	37 →
MSP	Motiver selon les personnalités	2	20 →
DSL	Développer son leadership	2	21 →
FRA	Former pour rendre autonome	3	38 →
FIC	Favoriser l'intelligence collaborative	1	27 →
MPP	Manager un projet avec plaisir	2	29 →
ASC	Accompagner sereinement le changement	3	28 →



COMMUNICATION

* Talent Development by Training and Coaching

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT



+352 691 48 26 26



lydia@feelingfc.com

www.feelingfc.com

COMMUNIQUER AVEC AISANCE ET IMPACT

feeling
FORMATION & COACHING

LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Cette session devrait être obligatoire pour tout être humain ;) La communication est la base de nos interactions et pourtant elle est encore la source de nombreux malentendus ... en suivant cette formation, mettez toutes les chances de votre côté pour améliorer votre manière de vous exprimer !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 11/02/2025
- Session 2 : vendredi 04/04/2025
- Session 3 : mardi 10/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

FAIRE PASSER SON MESSAGE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir son objectif de communication
- Structurer son message pour être compris
- Positiver sa communication
- Questionner pour mieux comprendre
- Développer une écoute active
- Vérifier la compréhension du message
- S'adapter à ses interlocuteurs

CONTENU

Pendant cette journée, nous décortiquerons ensemble les principes de la communication et nous travaillerons sur les compétences essentielles à développer pour communiquer de manière positive, en ayant de l'impact. Le résultat ? des relations interpersonnelles améliorées, un sentiment de satisfaction et une augmentation de la motivation. Chouette programme, non ?

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

FAIRE DE SES ÉMOTIONS DES ALLIÉES



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Maîtriser ses émotions est un doux rêve ... en revanche apprendre à les gérer, c'est tout à fait faisable ! Et si vous souhaitez y parvenir, rien de plus simple, inscrivez-vous de suite à cette session : vous en sortirez émotionnellement grandi !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 28/01/2025
- Session 2 : lundi 24/03/2025
- Session 3 : mercredi 21/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

DÉVELOPPER SON INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Comprendre le fonctionnement émotionnel
- Identifier et nommer l'émotion qui vous anime
- Comprendre et verbaliser le besoin derrière l'émotion
- Choisir et mettre en place une stratégie pour gérer vos émotions
- Transformer vos émotions en outils de communication performants

CONTENU

Une journée pendant laquelle votre mental sera au service de vos émotions pour mieux les comprendre avant d'apprendre à les reconnaître puis à les gérer. Une formation au cours de laquelle vous expérimenterez de nombreuses choses, sur le plan intellectuel, physique et bien sûr émotionnel. Et au final, vous serez à même d'améliorer votre communication

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



DÉPASSER SES CROYANCES LIMITANTES



Qu'est-ce qui vous empêche de faire ce dont vous avez envie ? À cette question, vous allez sûrement trouver des tonnes de raisons objectives ... ou pas ;) Toujours est-il que ce se sont très souvent nos croyances qui nous bloquent dans des comportements qui ne nous conviennent plus ...

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 28/02/2025
- Session 2 : vendredi 25/04/2025
- Session 3 : jeudi 26/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

OSER PASSER À L'ACTION

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Identifier ses propres croyances
- Comprendre en quoi ces pensées nous empêchent d'agir
- Définir les permissions nécessaires
- S'accorder le droit à l'erreur
- Transformer les croyances limitantes en pensées positives

CONTENU

Lors de cette journée, vous serez amené à conscientiser comment vos pensées vous empêchent de passer à l'action. Entre introspection et élargissement de votre carte du monde, vous sortirez de cette formation avec un potentiel décuplé que vous aurez juste à exprimer !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



Pour toute personne qui souhaite mieux communiquer et être en mesure de faire passer son message quel que soit son interlocuteur.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : lundi 13/01/2025
- Session 2 : vendredi 14/03/2025
- Session 3 : lundi 12/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

COMMUNIQUER EFFICACEMENT

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Appréhender les principes de base de la communication
- Découvrir les différents styles communicationnels
- Identifier sa façon préférentielle de communiquer
- Etre en mesure de repérer le style de son interlocuteur et s'y adapter
- Construire et structurer son message pour être compris par tous

CONTENU

Pourquoi, lorsque deux humains échangent dans la même langue, ils ne se comprennent pas du premier coup ... voire pas du tout ? Entre des tests d'auto-évaluation et des exemples concrets, vous vivrez cette journée en échangeant et en peaufinant petit à petit votre propre communication pour l'adapter au mieux à votre interlocuteur... que du bonheur !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



ADOPTER DES COMPORTEMENTS ASSERTIFS



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Si vous souhaitez adopter des comportements adaptés, si vous voulez être alignés dans vos relations aux autres, alors c'est par ici que ça commence (ou que ça finit, tout dépend 😊 !)

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mercredi 15/01/2025 + mercredi 26/02/2025
 - Session 2 : mercredi 23/04/2025 + mercredi 11/06/2025
- Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir l'assertivité
- Découvrir ses attitudes préférentielles
- Diminuer ses attitudes dérangeantes
- Utiliser des outils d'Analyse Transactionnelle et de Communication Non Violente en fonction des situations
- Mobiliser des comportements assertifs si besoin

CONTENU

Tout au long de ces deux journées, vous serez amené à mieux vous connaître et surtout à comprendre vos comportements et avoir sur ceux-ci un réel impact. C'est en travaillant sur vous que vous parviendrez à faire bouger les autres, et c'est à cela que vous serez confronté tout au long de cette session.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

DONNER DES FEEDBACKS CONSTRUCTIFS



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Pour toute personne qui est amenée à manager des collaborateurs, à gérer des projets ou à en être partie prenante.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : lundi 20/01/2025
- Session 2 : mercredi 26/03/2025
- Session 3 : vendredi 23/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

FAIRE DE SES FEEDBACKS DES LEVIERS DE CHANGEMENT

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Comprendre l'utilité du feedback
- Réunir les conditions nécessaires à sa réussite
- Construire son feedback
- Faire des demandes assertives
- Augmenter la motivation grâce à vos feedbacks
- Enclencher et suivre les changements souhaités

CONTENU

Une journée entière pour parfaire un acte de communication quotidien. Vous apprendrez à tirer profit de tout feedback. Donné ou reçu, il est l'une des manières les plus efficaces pour progresser et faire progresser. Par la pratique vous prendrez conscience de l'impact de vos feedbacks sur vos interlocuteurs.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC



Pour ceux d'entre vous qui doivent intervenir en public et être percutant à ce moment-là !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 31/01/2025 + vendredi 21/03/2025 + vendredi 16/05/2025
- Session 2 : mardi 18/03/2025 + mercredi 30/04/2025 + lundi 16/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

RÉUSSIR VOTRE PRISE DE PAROLE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Définir votre objectif
- Préparer et structurer votre message en fonction de votre public
- Choisir vos modes d'intervention
- Maîtriser la logistique et le matériel
- Préparer vos différents supports
- Exploiter vos forces
- Appréhender l'exercice avec sérénité

CONTENU

Ces 3 journées seront centrées autour de deux axes principaux : vous et la pratique ! Parce que chacun a en lui les ressources pour se prêter à l'exercice et que l'entraînement et la pratique sont essentiels, vous repartirez avec vos tips personnalisés. Un peu de théorie, beaucoup d'exercices, du rire et de la bienveillance, ce sont les ingrédients de cette session.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

MANAGEMENT ET LEADERSHIP

* Talent Development by Training and Coaching

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT



+352 691 48 26 26



lydia@feelingfc.com

www.feelingfc.com



Pour tout professionnel qui souhaite avoir les outils nécessaires pour évaluer un candidat potentiel de la manière la plus objective possible

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

• Session 1 : vendredi 07/02/2025 + lundi 17/03/2025

• Session 2 : lundi 05/05/2025 + lundi 16/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

ÉVALUER AVEC OBJECTIVITÉ L'ADÉQUATION

DU PROFIL D'UN CANDIDAT AU POSTE PROPOSÉ

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Appréhender l'importance du recrutement dans l'organisation
- Construire une définition de poste
- Analyser une candidature en fonction du profil du candidat
- Préparer son entretien
- Structurer et mener l'entretien de recrutement
- Questionner efficacement
- Développer une écoute active

CONTENU

Une journée pour démystifier l'entretien de recrutement : vous y apprendrez comment vous baser sur des éléments objectifs, être conscient de vos biais cognitifs et de votre subjectivité bien naturelle pour, en finalité, parvenir à faire votre choix en fonction de l'adéquation du profil de votre candidat à votre poste ... et pas uniquement au feeling :)

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



DÉLÉGUER EFFICACEMENT



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Vous gérez une équipe et vous êtes amené à déléguer certaines missions ? Vous souhaitez que cette délégation motive vos collaborateurs plus qu'elle ne les accable ? Alors c'est parti, une journée de formation, conçue pour vous y aider !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : jeudi 30/01/2025
- Session 2 : lundi 31/03/2025
- Session 3 : lundi 02/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

RÉUSSIR SES DÉLÉGATIONS

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Identifier les missions à déléguer
- Surmonter les freins à la délégation
- Préparer sa délégation
- Structurer la progression à travers différentes étapes
- Choisir le collaborateur adéquat
- Accompagner les collaborateurs et développer leur autonomie

CONTENU

Vous appréhendez la délégation comme un véritable levier de motivation et vous repartirez en étant outillé pour la réussir. Déléguer n'est pas confier une tâche et encore moins se débarrasser de ce que l'on aime pas faire. Une délégation réussie est avant tout préparée et communiquée . Et l'accompagnement fera le reste de la réussite !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

MENER DES ENTRETIENS MANAGÉRIAUX



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Obligation ou plaisir les entretiens managériaux font partie intégrante de la relation manager-collaborateur. Pour les réussir et en faire de vrais outils, c'est cette formation que nous vous invitons à suivre.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 24/01/2025 + jeudi 27/02/2025
- Session 2 : vendredi 02/05/2025 + vendredi 13/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

FAIRE DE SES ENTRETIENS DE VÉRITABLES OUTILS MANAGÉRIAUX

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Faire des entretiens de véritables outils managériaux
- Identifier les types d'entretien et leur utilité dans le parcours du collaborateur
- Préparer et structurer ses entretiens
- Privilégier l'échange et la co-construction

CONTENU

En abordant d'abord le chemin managérial du collaborateur, puis en s'attachant à définir les objectifs et spécificités de chaque entretien, et pour finir en vous préparant à la rencontre, nous développerons tout au long de ces deux journées l'ensemble des compétences qui vous seront utiles pour réussir vos entretiens et en faire un vrai plaisir, pour vous et vos collaborateurs !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

FAVORISER LA COHÉSION D'ÉQUIPE



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Manager ou chef de projet, vous souhaitez être doté de véritables outils managériaux pour faire en sorte que vos collaborateurs forment une équipe soudée et efficace ? C'est par ici que cela se passe :)

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 04/02/2025
- Session 2 : vendredi 28/03/2025
- Session 3 : lundi 19/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

PASSER D'UNE SOMME D'INDIVIDUS À UN COLLECTIF PERFORMANT

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir la notion d'équipe
- Comprendre la dynamique des groupes
- Appréhender la Théorie Organisationnelle de Berne et l'imgo
- Favoriser la coopération
- Passer du management individuel au management collectif

CONTENU

Lors de cette journée, vous testerez en réel les outils proposés et vous les mettrez en pratique sur des problématiques qui vous sont propres. Un mix d'échanges, d'expérimentation et de quelques théories vous permettra de compléter votre boîte à outils managériale

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



ADOPTER LA POSTURE DE COACH



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

Si votre rôle de manager vous fait pousser des ailes et que vous souhaitez partager cet engouement avec vos collaborateurs, cette session vous permettra d'adopter la posture qui favorisera "l'empowerment" de vos collaborateurs.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mercredi 08/01/2025
- Session 2 : vendredi 07/03/2025
- Session 3 : jeudi 08/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

ENRICHIR VOTRE MODE MANAGÉRIAL

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir la posture de coach dans le management
- Reconnaître les situations propices à l'utilisation de cette posture
- Adopter le mindset adapté
- S'approprier les outils fonctionnels du coach
- Evaluer son champ d'actions

CONTENU

Cette journée va vous permettre de découvrir une posture complémentaire à celle classique du manager. Vous étofferez votre pratique et vos outils, et surtout vous remettrez en cause certains de vos préjugés tout en travaillant sur vous-même. Le plus de cette session, du pratico pratique 😊

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



ANTICIPER OU GÉRER LES CONFLITS



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Si vous vous sentez désarmé face à une situation tendue qui pourrait dégénérer en conflit, alors cette session est faite pour vous !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : lundi 27/01/2025 + lundi 03/03/2025
- Session 2 : mercredi 14/05/2025 + mercredi 18/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

RÉAGIR DE FAÇON ADAPTÉE EN SITUATION TENDUE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Comprendre la nature du conflit
- Prendre conscience de son attitude face au conflit et identifier ses points forts et ceux à travailler
- Renforcer sa capacité à garder son calme dans les situations tendues
- Communiquer assertivement pour prévenir les conflits
- Gérer l'émotionnel dans le conflit
- Opter pour une stratégie adaptée

CONTENU

Une journée qui vous permettra de dédramatiser les situations dans lesquelles vous percevez des tensions. Vous serez amené à analyser les différents types de conflits mais aussi et surtout à savoir comment les aborder sans crainte et dans un état d'esprit positif.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

MOTIVER SELON LES PERSONNALITÉS



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Donner envie et vous appuyer sur les forces de vos collaborateurs est votre objectif premier ? Ici vous trouverez les clefs pour exploiter au mieux le potentiel de chacun pour le bénéfice de tous

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mercredi 12/02/2025 + mercredi 19/03/2025
- Session 2 : jeudi 15/05/2025 + jeudi 19/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

OBTENIR LE MEILLEUR DE CHAQUE COLLABORATEUR

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Appréhender la notion de motivation et son impact sur le travail
- Identifier les besoins psychologiques fondamentaux et y répondre
- Favoriser l'engagement et la satisfaction au travail
- Distinguer les leviers de motivation durables ou non
- S'appuyer sur les différentes dynamiques motivationnelles

CONTENU

Lors de ces deux journées, nous nous attacherons à comprendre la façon dont fonctionnent vos collaborateurs, afin d'utiliser des leviers motivationnels efficaces. Un moment pour s'exercer, dans un climat de bienveillance et sécuritaire à cet exercice périlleux d'adaptabilité.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

DÉVELOPPER SON LEADERSHIP



Vous êtes manager et vous sentez que vous avez besoin de prendre une autre dimension, vous avez envie de prendre du recul et de challenger vos pratiques ? Participez sans plus tarder à cette session

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 25/02/2025 + mardi 01/04/2025
- Session 2 : jeudi 22/05/2025 + lundi 30/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

FÉDÉRER ET INSPIRER LES ÉQUIPES

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Définir une culture d'entreprise
- Co-construire une vision et y faire adhérer
- Obtenir la confiance
- Décliner la vision en objectifs opérationnels
- Mobiliser les énergies créatrices
- Prendre de la hauteur
- Décider de manière alignée

CONTENU

Ces deux journées seront propices à la réflexion, à la remise en question et à la découverte de nouvelles perspectives. Vous aurez l'occasion de prendre du recul et de métacommuniquer tout en découvrant de nouvelles approches.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

EFFICIENCE

* Talent Development by Training and Coaching

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT



+352 691 48 26 26



lydia@feelingfc.com

www.feelingfc.com

SE GÉRER DANS LE TEMPS POUR EN GAGNER



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Toute personne qui se sent débordée et qui souhaite retrouver de la sérénité dans son quotidien. Si vous vous dites que gagner 1 heure par jour pour vous, ce serait chouette !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 17/01/2025
- Session 2 : mardi 25/03/2025
- Session 3 : mercredi 04/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

GAGNER EN EFFICACITÉ

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Connaître son rapport au temps
- Identifier ses diabolins et les gérer
- Se fixer des objectifs
- Définir ses priorités de manière objective
- Optimiser son organisation
- Dire non

CONTENU

Lors de cette journée, vous aurez l'occasion de vous auto évaluer, d'analyser avec recul votre organisation. Et aussi, vous (re)découvrirez des outils de la gestion du temps avec une approche réellement pragmatique et donc qui fonctionne. Vous testerez tout cela et repartirez avec la garantie de gagner 1 h de votre temps par jour, rien que pour vous !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



FAIRE BAISSER SA STRESSABILITÉ



Vous souhaitez appréhender les événements avec plus de recul, vous rêvez de rester (presque) stoïque face à des comportements qui vous horripilent, alors que diriez-vous de venir faire un peu de gymnastique cérébrale en notre compagnie ?



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : jeudi 16/01/2025 + lundi 24/02/2025
 - Session 2 : mardi 06/05/2025 + mardi 17/06/2025
- Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

PRENDRE DU REcul FACE À NOS IRRITANTS

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Différencier stress et stressabilité
- Identifier ses stressseurs
- Comprendre ses réactions pour mieux les gérer
- Appréhender les différentes formes de régulation
- Découvrir les outils de la régulation cognitive

CONTENU

Au travers de ces deux journées de formation, vous allez voyager à l'intérieur de votre cerveau... et vous découvrirez comment ce voyage intérieur vous permettra de relativiser bien des événements et comportements d'autrui, qui, jusqu'alors généraient chez vous pas mal de stress !
Notre pari ? Vous faire gagner durablement en sérénité 😊

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



GÉRER SON STRESS



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Vous souhaitez appréhender les événements avec plus de recul, vous rêvez de rester (presque) stoïque face à des comportements qui vous horripilent, alors que diriez-vous de venir faire un peu de gymnastique cérébrale en notre compagnie ?

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 14/02/2025
- Session 2 : lundi 28/04/2025
- Session 3 : mardi 24/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

RÉAGIR DE FAÇON ADAPTÉE AU STRESS

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Comprendre le phénomène de stress
- Relier émotions et stress
- Appréhender le circuit physiologique émotionnel
- Reconnaître son état émotionnel et le type de stress vécu
- Mettre en oeuvre des stratégies adaptées

CONTENU

Pendant cette journée, vous allez explorer et comprendre ce qui se passe à l'intérieur de vous quand le stress apparaît. Partant de là, vous apprendrez à développer des stratégies qui vous permettront de retrouver votre calme. Enfin, appréhender le stress de l'autre et l'aider à le gérer sera la deuxième étape de cette session.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

ANIMER DES RÉUNIONS EFFICIENTES



Pour toute personne qui est amenée à organiser une réunion, manager, chef de projet, indépendant, chef d'entreprise, etc.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : lundi 06/01/2025
- Session 2 : mardi 04/03/2025
- Session 3 : mardi 13/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation



OBJECTIF DE FORMATION

RENDRE SES RÉUNIONS ATTRACTIVES ET PRODUCTIVES

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.



OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir les critères de réussite d'une réunion
- Préparer sa réunion
- Animer pour faire participer
- Favoriser la production collective
- Gérer les situations délicates
- Assurer un suivi efficace



CONTENU

Cette journée de formation peut changer votre vision sur la réunion ! Fini l'assemblage de personnes présentes juste parce qu'elles ont été invitées ;) . Vous allez redécouvrir la réunion comme véritable outil managérial, économiseur de temps et fourvoyeur de bonnes idées. Vos collaborateurs se feront une joie de participer à vos futures réunions !



APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



FAVORISER L'INTELLIGENCE COLLABORATIVE



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Vous voulez que les échanges et l'écoute fassent partie intégrante du mode fonctionnement de vos collaborateurs ? Vous êtes persuadés que 1+1=3, et que la créativité a sa place dans l'entreprise? Cette formations est faite pour vous !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mercredi 05/02/2025
- Session 2 : jeudi 24/04/2025
- Session 3 : vendredi 27/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

COOPÉRER EN ÉQUIPE POUR AUGMENTER LES COMPÉTENCES

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Comprendre son utilité et les conditions favorables à l'intelligence collaborative
- Préparer l'équipe
- Favoriser le processus créatif
- Intégrer l'intelligence collaborative dans un votre management collectif
- Animer des sessions d'intelligence collaborative

CONTENU

Une journée pendant laquelle vous apprendrez de manière expérientielle à mettre en oeuvre les conditions nécessaires à l'intelligence collaborative. Vous y découvrirez les outils nécessaires pour vous permettre de développer ce processus dans votre mode managérial. Vous repartirez à la fois avec une structure et des moyens pour développer la créativité en groupe.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

ACCOMPAGNER SEREINEMENT LE CHANGEMENT



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

La seule chose qui ne change pas, c'est que tout change !
Et même si nous semblons naturellement enclin à fuir le
changement, celui-ci peut être extrêmement bénéfique ...
particulièrement quand il est bien accompagné ! C'est cela
que vise cette formation de 3 jours.

Une pincée de
théorie, quelques
louches d'exercices
pratiques et une
bonne dose
d'expérimentation,
ce sont les
ingrédients de
cette journée.

- Session 1 : jeudi 23/01/2025 + jeudi 27/03/2025 + mardi 03/06/2025
- Session 2 : lundi 31/03/2025 + jeudi 15/05/2025 + lundi 30/06/2025

Les sessions de coaching
individuelles seront fixées lors
des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

TIRER PROFIT DU CHANGEMENT

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Définir les typologies du changement
- Aborder le changement de façon systémique
- Appréhender les différentes phases du changement
- Comprendre les résistances et actionner les bons leviers pour y faire face
- Cartographier les acteurs
- Développer la stratégie des alliés
- Communiquer de façon adaptée
- Développer sa flexibilité mentale

CONTENU

Trois journées pendant lesquelles vous serez amené à découvrir, réfléchir et surtout à changer ... de point de vue, vos habitudes, vos certitudes, etc ... Vous l'aurez compris, une pincée de théorie, un peu de réflexion et beaucoup de mises en pratique!
L'objectif final : que vous vous réjouissiez du prochain changement ;)

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

MANAGER UN PROJET AVEC PLAISIR



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Les projets font partie intégrante de votre quotidien mais génèrent pour autant toujours du stress ? Cette formation vous permettra d'aborder cet exercice différemment et d'y prendre du plaisir

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : vendredi 10/01/2025 + lundi 10/02/2025
- Session 2 : mercredi 30/04/2025 + jeudi 05/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

RÉUSSIR SES PROJETS SANS STRESS

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Comprendre les principes fondamentaux de la gestion de projet
- Maîtriser la planification et l'organisation
- Utiliser des outils de suivi et d'évaluation de la progression des projets
- Favoriser un environnement de travail positif et stimulant
- Appliquer des stratégies pour gérer les risques et les imprévus
- Favoriser l'adaptabilité et la flexibilité dans la gestion de projets

CONTENU

Deux jours pendant lesquels vous appréhendez la gestion de projets avec des outils classiques ... mais pas que ! L'idée ici est de sortir des sentiers battus pour mettre à profit le meilleur outil que vous ayez à disposition pour réussir votre projet : votre cerveau ! C'est en développant vos compétences analytiques et comportementales que vous prendrez enfin du plaisir à manager des projets :)

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL ET COMMERCIAL

* Talent Development by Training and Coaching

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT



+352 691 48 26 26



lydia@feelingfc.com

www.feelingfc.com

STRETCHER SA ZÔNE DE CONFORT



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Envie de développer votre potentiel ? Prêt(e) à découvrir des territoires inconnus ? Si vous vous sentez de faire des petits pas qui vous en amèneront nécessairement des plus grands, c'est par ici que cela se passe ...

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : jeudi 06/02/2025
- Session 2 : mardi 29/04/2025
- Session 3 : vendredi 06/06/20

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

OSER ENTREPRENDRE AU QUOTIDIEN

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Définir sa zone de confort et en comprendre son impact
- Appréhender le phénomène d'apprentissage
- Surmonter ses croyances limitantes
- S'accorder le droit à l'erreur
- Créer un environnement de sécurité psychologique
- Intégrer la technique des petits pas dans son quotidien

CONTENU

Cette journée sera l'occasion pour vous d'oser des choses que vous n'auriez jamais envisagées, le tout dans un climat de bienveillance et d'apprentissage. Comprendre ce qui se joue pour vous quand vous essayez de nouvelles choses et renforcer votre audace naturelle sont les deux bénéfices immédiats de cette formation

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

GAGNER EN ESTIME DE SOI



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Vous remettez en cause votre valeur ? Vous vous demandez si vous avez les compétences attendues ? Vous vous sentez freiné dans votre épanouissement professionnel par des doutes et un questionnement non constructifs ? Cette formation est la vôtre !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mercredi 29/01/2025
- Session 2 : mercredi 02/04/2025
- Session 3 : mercredi 25/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

AGIR POUR RENFORCER L'ESTIME DE SOI

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOLOGIQUES

- Identifier son niveau d'estime de soi et ses besoins individuels
- Modifier ses perceptions négatives
- Découvrir ses forces personnelles pour renforcer l'estime de soi.
- Gérer les échecs et les erreurs pour renforcer l'estime de soi.
- Communiquer positivement avec soi-même

CONTENU

C'est avant tout une journée qui fait du bien ... de celles dont on repart avec un grand sourire aux lèvres et une bonne dose de motivation ! Vous commencerez par sortir de vos schémas de pensées négatifs pour apprendre petit à petit à vous donner la valeur que vous méritez et vous accorder les permissions nécessaires pour cela 😊

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

MUSCLER SON INTELLIGENCE ADAPTATIVE



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Pour ceux d'entre vous qui souhaitent augmenter leur capacité à aborder l'environnement de façon plus éclairée, être en mesure d'arrêter les pensées automatiques pour réussir à prendre de la hauteur sur les événements !

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 14/01/2025
- Session 2 : mardi 18/03/2025
- Session 3 : vendredi 23/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

MOBILISER LE MODE MENTAL ADAPTATIF

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Appréhender le fonctionnement du cerveau
- Comprendre les différents modes mentaux
- Favoriser la bascule adaptative
- Générer des automatismes de bascule
- Utiliser son intelligence adaptative au quotidien

CONTENU

La majorité de nos actions quotidiennes sont générées par notre mode mental automatique et c'est tant mieux ! Face à une situation nouvelle ou complexe, il n'est pas toujours adapté ... alors comment faire pour basculer en mode mental adaptatif ? c'est à cette question que répondront ces journées de formation.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

BOOSTER SA CRÉATIVITÉ



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

Si vous estimez que vous êtes tout sauf créatif ou si, à l'inverse, vous avez 1000 idées à la minute, cette formation est faite pour vous. Vous comprendrez comment fonctionne la créativité et optimiserez votre potentiel ! 3,2,1, ... Go 😊

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 21/01/2025
- Session 2 : jeudi 13/03/2025
- Session 3 : mercredi 14/05/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

OPTIMISER SON POTENTIEL CRÉATIF

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Intégrer la démarche créative
- Poser le problème de manière efficace
- Utiliser ses ressources cérébrales
- Générer des idées
- S'essayer à différentes techniques.

CONTENU

Le premier gain de cette journée sera de vous faire prendre conscience que la créativité est présente chez chacun d'entre nous. Et pour le reste, vous allez la tester, la solliciter, la discipliner et probablement l'adopter. Vous découvrirez les richesses créatives que votre cerveau est capable de produire si vous lui donnez la possibilité de le faire.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

SUSCITER L'ADHÉSION À VOS IDÉES



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025



Vous avez besoin de faire adhérer vos interlocuteurs sans pour autant leur forcer la main ou les manipuler ? Pour apprendre à le faire de manière éthique et alignée, laissez-vous inspirer en suivant cette formation ;)

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

• Session 1 : jeudi 09/01/2025 + jeudi 06/03/2025

• Session 2 : lundi 19/05/2025 + vendredi 20/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

INFLUENCER AVEC INTÉGRITÉ

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Appréhender les ressorts de l'adhésion
- Comprendre les besoins et utiliser les leviers de motivation efficaces
- Construire une argumentation adaptée
- Utiliser les nudges pour favoriser les changements
- Faire des objections un tremplin
- Favoriser l'engagement

CONTENU

Au cours de ces deux journées, vous serez amené à travailler votre communication pour faire adhérer vos interlocuteurs. Sur la base de cas concrets ou fictifs, vous testerez en réel votre pouvoir de conviction et votre force de persuasion ... les deux clefs de l'adhésion !

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

DÉFINIR UNE STRATÉGIE COMMERCIALE



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

Que vous soyez dans le domaine commercial et récemment promu à poste de management, que vous soyez un jeune créateur ou même un entrepreneur un peu plus aguerri, si vous souhaitez structurer votre approche commerciale, cette formation qu'il vous faut suivre.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : mardi 07/01/2025
- Session 2 : lundi 10/03/2025
- Session 3 : lundi 02/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation



OBJECTIF DE FORMATION

METTRE EN OEUVRE UN PLAN D'ACTION EN PARTANT D'UNE STRATÉGIE RÉFLÉCHIE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.



OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Prendre conscience de l'importance d'une démarche structurée
- Analyser l'environnement
- Définir la finalité, les buts et les objectifs
- Analyser l'environnement
- Déterminer ses cibles et prescripteurs
- Décliner les objectifs stratégiques en objectifs opérationnels
- Décider de son Plan d'Action et le mettre en oeuvre



CONTENU

L'intuition c'est bien ... et pouvoir en profiter et l'intégrer dans une démarche structurée, c'est encore mieux ! Cette journée vous permettra de repartir avec des idées claires quant aux démarches que vous devrez mettre en oeuvre pour augmenter votre CA, ou votre nombre de clients, ou votre notoriété ... tout dépendra de la stratégie choisie :)



APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée aux neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

VENDRE AVEC AISANCE ET SÉRÉNITÉ



LES DATES DES SESSIONS
DE JANVIER À JUILLET
2025

Vous êtes commercial, indépendant, porteur de projet, chef d'entreprise ? Ou tout simplement vous souhaitez être capable de vendre une idée ? Ces deux journées de formation vous donneront toutes les clefs pour y parvenir.

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1 : lundi 03/02/2025 + mercredi 12/03/2025
- Session 2 : lundi 12/05/2025 + mercredi 18/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

VENDRE UN SERVICE, UN PRODUIT OU UNE IDÉE

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Découvrir les étapes de l'acte de vente
- Cerner les besoins
- Questionner avec pertinence et écouter activement
- Comprendre les ressorts de l'adhésion
- Construire une argumentation adaptée
- Faire des objections un tremplin
- Conclure naturellement

CONTENU

Deux journées pour déconstruire tous vos préjugés sur la vente et vous donner des trucs et astuces pour que vous en fassiez un vrai moment de plaisir. Tous les apports théoriques seront agrémentés d'exemples concrets et toutes les compétences travaillées seront testées sur des cas fictifs ou réels.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel



Intégrer un nouveau collaborateur ou former une équipe à de nouvelles compétences vous demande de sortir de votre zone de confort ? Alors sécurisez psychologiquement votre nouvelle zone d'apprentissage grâce à cette formation 😊

...

Une pincée de théorie, quelques louches d'exercices pratiques et une bonne dose d'expérimentation, ce sont les ingrédients de cette journée.

- Session 1: lundi 27/01/2025 + mardi 11/03/2025 + mardi 29/04/2025
- Session 2: lundi 17/03/2025 + lundi 05/05/2025 + mercredi 25/06/2025

Les sessions de coaching individuelles seront fixées lors des sessions de formation

OBJECTIF DE FORMATION

FAIRE GRANDIR VOS COLLABORATEURS

La formule Td by Tc comprend une journée de formation et une séance individuelle de coaching pour chaque apprenant, qui aura lieu environ 15 jours après chaque journée de formation.

OBJECTIFS ANDRAGOGIQUES

- Appréhender les styles et les modes d'apprentissage
- Définir des objectifs de formation et andragogiques
- Construire une progression andragogique et séquencer
- Animer des sessions
- Créer des supports et des outils
- Evaluer l'acquisition des compétences
- Gérer les situations délicates

CONTENU

Lors de ces trois journées de formation, vous cheminerez de découvertes en découvertes... la première étant que la formation est bien plus que de la simple transmission !
Déformer ou réformer feront par la suite partie de votre quotidien avec pour but ultime de faire évoluer, accompagner le changement. Trois journées riches en émotions et en apprentissage.

APPROCHE MÉTHODOLOGIQUE

- Approche andragogique liée au neurosciences
- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques (75% de pratique)
- Mise en situations sur des cas concrets
- Échange et réflexion collective
- Coaching individuel

TARIFS 2025

Déroulement	Tarif INTER - Prix par personne, repas et parking compris *	TARIF INTRA - Prix formule + forfait catering 150€ HT/personne/jour *
1 jour de formation + 1h de coaching	950 €	3800 €
2 jours de formation + 2 coaching d'1h	1900 €	7600 €
3 jours de formation +3 coaching d'1h	2850 €	11400 €

- L'inscription sera définitive dès réception du paiement par virement sur le compte ING – IBAN LU59 0141 2449 1560 0000
- Les participants recevront une confirmation par mail au plus tard trois jours avant le début de la session
- Feeling Formation & Coaching se réserve le droit d'annuler la formation si le nombre d'inscrits est insuffisant (moins de 4)

*Tarifs 2025 - Le tarif INTRA concerne des groupes comprenant entre 4 et 8 personnes d'une même entreprise - Les prix s'entendent hors taxes - TVA à 17 % pour les tarifs INTRA et 3 % pour les tarifs INTER -

Votre contact :

Lydia HAAN-FLEURENT  +352 691 48 26 26  lydia@feelingfc.com www.feelingfc.com



La société Feeling Formation & Coaching SARL (la « Société ») a pour objet la prestation de services auprès de ses Clients (ci après, les « Clients » ou le « Client ») dans le domaine de la formation, du conseil et du coaching. La Société fournit notamment le service de TD by TC (Talent Development by Training and Coaching), ci-après ensemble les « Prestations » :

- Formule Découverte : 1 jour de formation et 1 coaching individuel. La formation comprend de 1 journée de formation et d'une séance de coaching individuel 2/3 semaines après la formation.
- Formule Évolution: 2 jours de formation et 2 coachings individuels. La formation se déroule sur une période d'environ 3 mois et se compose de 1 journée de formation – 1 séance de coaching individuel d'1h – 1 journée de formation – 1 séance de coaching d'1h.
- Formule Intégralité : 3 jours de formation et 3 coachings individuels. La formation se déroule sur une période d'environ 5 mois et se décline en 1 journée de formation – 1 séance de coaching d'1h - 1 journée de formation – 1 séance de coaching d'1h – 1 journée de formation – 1 séance de coaching d'1h.

Son siège social est établi au 15 rue Robert Schuman -L5751 FRISANGE, Luxembourg.

Les présentes conditions générales de ventes (ci après les « CGV ») s'appliquent aux Prestations offertes par la Société. Ainsi, le fait de passer une commande auprès de la Société induit l'adhésion sans réserve à l'intégralité des présentes CGV et le renoncement à ses propres conditions générales ou particulières.

Article 1 - Formation inter entreprises

La Société propose un calendrier de formations ouvert aux particuliers ainsi qu'aux entreprises.

(i) Inscriptions :

Les inscriptions doivent parvenir à la Société au plus tard 3 jours avant le début de la formation. Il est possible de s'inscrire directement sur le site internet de la Société: www.feelingfc.com

Dès son inscription, la personne inscrite et/ou la personne de contact (telle que définie dans le bulletin d'inscription joint aux présentes CGV) reçoit une confirmation écrite par e-mail. La facture correspondant à la prestation est envoyée par e-mail et doit être réglée par virement avant le début de la formation. Sauf accord préalable contraire, notifié expressément par la Société, l'inscription ne sera définitive qu'à réception du paiement par celle-ci.

-Pour les sessions interentreprises, le montant de la prestation comprend les sessions de formation, les supports, les repas, les pauses café, ainsi que la possibilité de parking des participants.

ii) Annulation des sessions de la formation à l'initiative de la Société La Société se réserve le droit d'annuler ou de reporter une formation, si le nombre minimal de places (4 personnes) n'est pas atteint ou pour des raisons d'ordre interne. La Société pourra proposer de nouvelles dates ; toutefois, si celles-ci ne convenaient pas au Client, un avoir (qui devra être utilisé endéans un délai d'un an) pourra être émis ou les montants réglés intégralement remboursés. si le désistement n'est notifié au plus tard que 3 jours avant le début de la formation, la Société, de préférence à tout autre choix, proposera de reporter l'inscription à une date ultérieure, en fonction de ses disponibilités et de celles de son Client. Si toutefois, ce report de date, endéans un délai d'un an à compter de la date de formation initialement prévue, n'est matériellement pas possible, et s'il n'est pas possible au client de se faire remplacer, la Société remboursera le Client à hauteur de 50 % du montant de la formation déjà réglé.

(iii) Désistement ou annulation de la formation à l'initiative du Client En cas de désistement, le Client devra notifier par écrit à la Société, son souhait de se désister : - au plus tard 10 jours ouvrables avant le début de la formation. Dans ce cas, le Client pourra se faire remplacer, à condition que la Société en ait été informée par écrit dans les délais précités, ou demander le remboursement du montant de la formation déjà réglé.

- si l'annulation est notifiée moins de 3 jours avant le début de la formation, et si le Client n'est pas en mesure de reporter son inscription endéans un délai d'un an à compter de la date de formation initialement prévue ou de se faire remplacer, la Société sera en droit d'exiger le paiement du montant total de la formation. Par ailleurs toute formation entamée est due en totalité.

Article 2 - Coaching

La Société propose des sessions de coaching intégrées à ses formations TD by TC ou indépendamment de celles-ci.

(I) Coaching associé à une formation dans le concept TD by TC Les participants bénéficient d'une séance de coaching d'une heure incluse dans la prestation.

La date et l'horaire du coaching seront déterminés lors de la session de formation avec chacun des participants. La date et l'horaire des séances de coaching (ci-dessus mentionnées) ne peuvent a priori pas être modifiées.

Cependant, si un Client se trouve dans l'impossibilité d'y assister et en notifie la Société par écrit au moins 72 heures avant la séance de coaching prévue, celle-ci pourra selon la disponibilité de ses intervenants, proposer une nouvelle date. Toutefois, ceci ne constitue en aucun cas une obligation de sa part. En aucun cas, le Client ne pourra prétendre à un remboursement pour une séance de coaching non utilisée.(ii) Prestation de Coaching seul Feeling Formation & Coaching offre des prestations de coaching aux particuliers et aux entreprises. Afin d'encadrer ce type de prestation spécifique, la Société mettra en place un contrat (des conditions particulières) entre elle et son Client. Le nombre de séances et leur fréquence est déterminé avec le Client. Toutefois, le nombre de séances déterminé n'engagera ni la Société ni le Client et pourra être rediscuté et modifié au cours du processus de coaching sans toutefois être établi à moins de 3 séances de coaching et ce dans l'intérêt du Client afin que le travail de coaching soit constructif. Le Client s'engage par contrat pour un nombre de séances et si celui-ci était insuffisant, les séances supplémentaires seront facturées à l'heure sur la base du taux horaire du contrat. Si le Client était dans l'obligation d'interrompre les séances de coaching pour une certaine durée, il dispose d'un an à partir de la date de signature du contrat pour utiliser les séances restantes.

En cas d'annulation, le Client devra avertir la Société au moins 24h à l'avance s'il est dans l'impossibilité d'assister à une séance de coaching. Il sera lui alors possible de reporter le rendez-vous. Toute séance annulée moins de 24h avant le rendez-vous prévu sera considérée comme due.

Article 3 - Durée de validité de l'offre

La société se réserve le droit de modifier, à tout moment, ses tarifs sans pour autant en informer immédiatement ses Clients ou prospects`

Article 4 – Facturation

Tous les prix sont indiqués hors taxes et sont à majorer du taux de TVA en vigueur au jour de la facturation. Selon la prestation commandée, les prix peuvent être forfaitaires et inclure repas, pause-café, parking comme prévu à l'article 1(i) ou bien ne comprendre que les prestations de formation, conseil ou coaching.

Article 5 - Règlement

(i) Pour les formations inter-entreprises :Le règlement est dû à l'inscription, au comptant sans escompte, et l'inscription d'un participant ne sera considérée définitive qu'à la réception du règlement, sauf accord préalable contraire de la Société.

(ii) Pour le Coaching : Les modalités de paiement sont comme suit :- 50% du montant du contrat de coaching sera payé par virement bancaire à la signature du contrat (les coordonnées bancaires de la Société seront confirmées par email ou document séparé)- 50% du montant au terme du coaching

(iii) Retard de paiement :En cas de retard de paiement (au delà de 60 jours fin de mois) des intérêts de 15% l'an seront facturés sur les montants dus à partir de la date échéance.

Article 6 - Limitation de responsabilité

La responsabilité de la Société ne pourra s'étendre au delà du montant payé pour la formation. La Société est tenue à une obligation de moyen et en aucun cas à une obligation de résultat.

Article 7 - Force majeure

La Société ne pourra être tenue responsable de l'impossibilité de donner les formations ou coaching en cas de force majeure tels que définie et comprise par la jurisprudence des tribunaux Luxembourgeois.

Article 8 - Propriété intellectuelle

L'ensemble de la documentation, utilisée pour les formations et les sessions de coaching restent la propriété exclusive de la Société. Celle-ci ne peut être reproduite même partiellement ou transmise à des personnes n'ayant pas suivi la formation sans l'accord de la Société. Ni le nom ni le logo de la Société ne pourront être utilisés par le Client dans quelque documentation que ce soit sans l'accord formel de celle-ci

Article 9 - Marketing, référencement

Le Client accepte que la Société puisse utiliser son nom et/ou utiliser son logo à titre de référence Clients.

Article 10 - Protection des données à caractère personnel

La société s'engage à respecter les provisions de la loi du 2 août 2002, relative à la protection des personnes à l'égard du traitement des données à caractère personnel. Conformément à la Loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, vous disposez des droits d'interrogation, d'accès, de modification, d'opposition et de rectification sur les données personnelles vous concernant. En adhérant à ces conditions générales de vente, vous consentez à ce que nous collectons et utilisons ces données pour la réalisation du présent bulletin d'inscription. En saisissant votre adresse email sur notre site web www.feelingfc.com ou en l'indiquant sur le présent contrat, vous recevrez des emails contenant des informations et des offres concernant nos services. Vous pouvez vous désinscrire à tout instant. Il vous suffit pour cela de cliquer sur le lien présent à la fin de nos emails ou de contacter la société par email à cette adresse : info@feelingfc.com. La durée de traitement des données est limitée au temps pendant lequel vous êtes inscrit à nos services de communication, étant entendu que vous pouvez vous y désinscrire à tout moment.

Article 11 - Confidentialité

Le Client s'engage à ne divulguer aucune information confidentielle concernant la Société qu'il pourrait recueillir à l'occasion de sa participation à l'un ou l'autre des services proposés par la Société.

Article 12 - Modifications des CGV

Les CGV pourront être modifiées à tout moment par la Société qui s'engage à en informer ses Clients dans un délai d'un an au plus tard à compter de la date de ces modifications.

Article 13 - Autres

La Société se réserve le droit d'exclure de ses formations, sans indemnités, tout participant qui entraverait le bon déroulement des sessions de formation. Article 14 - Droit applicable Les présentes CGV sont soumises au droit Luxembourgeois. Article 15 – Tribunaux compétents En cas de différend, les deux parties s'engagent à rechercher une solution à l'amiable. A défaut, compétence exclusive est donnée aux tribunaux Luxembourgeois.



Au plaisir de vous
rencontrer lors
d'une prochaine
formation !

Lydia

feeling
FORMATION & COACHING

**Votre partenaire
pour le développement
du potentiel humain**

-  Faire évoluer l'individu
-  Accompagner l'équipe
-  Développer l'organisation

Et aussi

-  Des accompagnements
personnalisés
-  Du teambuilding