

MIEUX GÉRER SON ÉNERGIE ET CELLE DE SON ÉQUIPE

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Prendre conscience de ce qui fonde le niveau d'énergie au travail,
- Prendre du recul sur le niveau d'énergie et comment l'influencer positivement,
- Connaître quelques techniques pour mobiliser l'énergie de mon collectif,
- Travailler sur des cas concrets pris dans la réalité de chacun.e pour changer sa réalité managériale.

LES PLUS DE LA FORMATION

- **Une formation sur trois mois** pour aider à la transformation de la réalité managériale,
- **Un groupe de max 6 participants** qui permet du sur-mesure,
- **Une heure d'accompagnement** individualisé pour plus d'approfondissement.

Prochaine session :



15 juillet après-midi et 16 juillet 2026
Une heure individuelle au mois d'août
Suivi de formation le 8 septembre 2026

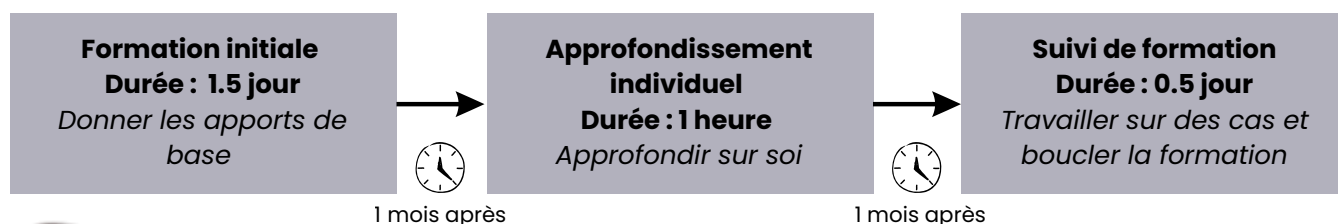
Coût de la formation :



1500€ HT ou net de taxe pour les 15 heures
Possibilité de financement par les OPCO

LES FONDEMENTS DE LA FORMATION :

- Un temps d'**apports type formation** (acquérir du savoir)
- Un temps d'émergence à partir de soi ou de **réflexion sur soi** (se développer)
- Un temps de **partage en petit groupe** (apprendre des autres et se connaître dans la relation)
- Un temps d'**Accompagnement Formation Individualisé** (1h) avec le coach formateur



Christophe CABANNE
Coach et formateur



Lieu de la formation: Humanis Step,
Parc Technologique du canal
14 Avenue de l'Europe
31520 RAMONVILLE SAINT AGNE

N° de déclaration d'activité: 73 31 05593 31