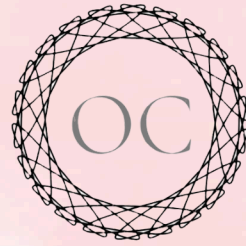


ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

PROGRAMME DISTANCIEL
MANAGEMENT & FORMATION
NIVEAUX & PRÉ-REQUIS
TARIFS

Lauryane Karadjinov

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

PRESTATAIRE DE FORMATION INDÉPENDANT
DIRIGÉE PAR LAURYANE KARADJINOV

FORMATRICE

COACH PROFESSIONNELLE CERTIFIÉE RNCP

LICENCE ENSIZE 4 COULEURS 

ACCOMPAGNEMENT DE FORMATEURS, MANAGERS ET ÉQUIPES
CONSULTING PÉDAGOGIQUE

FORMATIONS EN DISTANCIEL & PRÉSENTIEL PARTOUT EN
FRANCE



Lien

SITE INTERNET

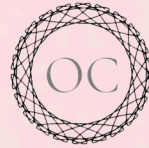


INSTAGRAM



Lien

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

POURQUOI DIFFÉRENTS NIVEAUX ?

POUR QUE CHAQUE FORMATION SOIT VÉCUE À SA JUSTE VALEUR, EN FONCTION DE CE QUE CHAQUE APPRENANT POSSÈDE EN TERMES D'EXPÉRIENCE ET SOUHAITE METTRE EN PLACE, PROGRESSIVEMENT.



NIVEAU DÉBUTANT - 1 AN D'ACTIVITÉ EN FORMATION OU EN MANAGEMENT



NIVEAU CONFIRMÉ - 2 À 3 ANS ANS D'ACTIVITÉ EN FORMATION OU EN MANAGEMENT



NIVEAU AVANCÉ - À PARTIR DE 3 ANS D'ACTIVITÉ EN FORMATION OU EN MANAGEMENT



COACHING/ ACCOMPAGNEMENT/ CONSULTING

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

LES PACKS DU CATALOGUE

10 PACKS FORMATEURS

CHAQUE PACK COMPREND :

- 1 VISIO-COURS + DES FICHES OUTILS
- 3 NIVEAUX
- 1 PACK DISC AVEC VOTRE PROFIL COMPLET 4 COULEURS

CONSULTING PÉDAGOGIQUE

ACCOMPAGNEMENT PRÉSENTIEL ET DISTANCIEL PERSONNALISÉ SUR LA CRÉATION ET L'ANIMATION DE VOS OUTILS PÉDAGOGIQUES.

10 PACKS MANAGERS

CHAQUE PACK COMPREND :

- 1 VISIO-COURS + DES FICHES OUTILS
- 3 NIVEAUX
- 1 PACK DISC AVEC VOTRE PROFIL COMPLET 4 COULEURS

COACHING PERSONNALISÉ :

- FORMATEURS
- MANAGERS

EDITION SIMPLE PROFIL DISC

- 1 PROFIL DISC COMPLET
- 1 VISIO-COURS SUR LES FONDAMENTAUX DES 4 PROFILS COULEUR

TOUS LES TARIFS SONT TTC.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

PACKS FORMATEURS

CHAQUE PACK COMPREND :

1 COURS EN VISIOCONFÉRENCE + DES FICHES OUTILS

1. **PACK 1** : DÉFINIR SA POSTURE, FORMATEUR OU COACH ? (VISIO 1H) - **89€**
2. **PACK 2** : ANIMER UN GROUPE (VISIO 1H15) - **99€**
3. **PACK 3** : STRUCTURER SA FORMATION (VISIO 1H30) - **139€**
4. **PACK 4** : GÉRER LES ÉMOTIONS DES APPRENANTS (VISIO 1H30) - **149€**
5. **PACK 5** : L'OUTIL DISC DU FORMATEUR (VISIO 1H30) - **159€**
6. **PACK 6** : L'ART DES QUESTIONS PUISSANTES (VISIO 1H30) - **179€**
7. **PACK 7** : APPRENDRE À APPRENDRE (VISIO 2H) - **199€**
8. **PACK 8** : FORMER À DISTANCE AVEC ENGAGEMENT (VISIO 2H) - **199€**
9. **PACK 9** : ÊTRE UN FORMATEUR INTERGÉNÉRATIONNEL (VISIO 2H) - **199€**
10. **PACK 10** : PRISE DE PAROLE & IMPACT PÉDAGOGIQUE (VISIO 2H) - **239€**
11. **PACK DISC** : TRANSMETTRE À TOUS LES PROFILS AVEC ÉDITION DE VOTRE PROFIL 4 COULEURS (VISIO 2H30 À 3H) - **400€**

TOUS LES TARIFS SONT TTC ET PAR PERSONNE.

FORMATIONS GROUPÉES SUR DEVIS.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 1 : DÉFINIR SA POSTURE, FORMATEUR OU COACH ?

-  **PROGRAMME 1H DE VISIOCONFÉRENCE**
- INITIEZ-VOUS AUX BASES DE LA FORMATION AVEC CE PACK POUR DÉBUTANTS. DÉCOUVREZ LA POSTURE DU FORMATEUR ET DU COACH, CLARIFIEZ VOS VALEURS, POSEZ UN CADRE SOLIDE ET GAGNEZ EN LÉGITIMITÉ. FICHES OUTILS PRATIQUES ET VISIO PERSONNALISÉE POUR DÉMARRER SEREINEMENT VOTRE PARCOURS DE FORMATEUR.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  LE CADRE EN FORMATION
-  LES VALEURS
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 89€/ PERSONNE.**







ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 2 : ANIMER UN GROUPE

-  **PROGRAMME 1H15 DE VISIOCONFÉRENCE**
- APPRENEZ À CAPTIVER VOTRE PUBLIC ET À DYNAMISER VOS GROUPES GRÂCE À CE PACK FORMATEUR 2. DÉCOUVREZ DES TECHNIQUES D'ANIMATION EFFICACES, UTILISEZ DES OUTILS PRATIQUES COMME LES ICE BREAKERS ET L'OUVERTURE/FERMETURE DE GROUPE, ET BÉNÉFICIEZ D'UNE VISIO PERSONNALISÉE POUR RENFORCER VOTRE IMPACT PÉDAGOGIQUE.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  ICE BREAKERS
-  OUVERTURE ET FERMETURE DE GROUPE
-  LES TABLEAUX TOURNANTS
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 99€/ PERSONNE.**







ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 3 : STRUCTURER SA FORMATION L'ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

-  **PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE**
- APPRENEZ À STRUCTURER VOS FORMATIONS POUR PLUS D'IMPACT. CE PACK VOUS GUIDE DANS L'ORGANISATION PÉDAGOGIQUE, LA PLANIFICATION ET LA MISE EN PLACE D'UN CADRE CLAIR GRÂCE À DES OUTILS CONCRETS COMME L'ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE, LES SÉQUENCES À PRÉPARER ET LE CADRE EN FORMATION.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  LE CADRE EN FORMATION
-  L'ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE/ LES SÉQUENCES DE VOTRE PROGRAMME
-  LA CARTE MENTALE
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 139€/ PERSONNE.**







ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 4 : GÉRER LES ÉMOTIONS DES APPRENANTS

-  **PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE**
- MAÎTRISEZ LA GESTION DES ÉMOTIONS EN FORMATION ET DÉVELOPPEZ UNE EMPATHIE ACTIVE SANS VOUS ÉPUISER. GRÂCE À DES OUTILS PRATIQUES COMME LE TRIANGLE DE KARPMAN, LA COHÉRENCE TÊTE-CŒUR-CORPS ET L'ACCOMPAGNEMENT DES ÉMOTIONS, GAGNEZ EN SÉRÉNITÉ ET EN IMPACT PÉDAGOGIQUE.
-  **INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  TRAVERSER LES ÉMOTIONS
-  COHÉRENCE TÊTE CŒUR CORPS – GESTION DU STRESS
-  LE TRIANGLE INFERNAL DE KARPMAN
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 149€/ PERSONNE.**






ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 5 : L'OUTIL DISC DU FORMATEUR

-  **PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE**
- DÉCOUVREZ L'OUTIL DISC ET COMPRENEZ LES DIFFÉRENTS PROFILS COMPOSANT VOTRE AUDIENCE POUR UNE TRANSMISSION IMPACTANTE ET EFFICACE. ORIENTEZ VOTRE POSTURE ET VOTRE PÉDAGOGIE EN PRENANT EN COMPTE LES 4 PROFILS COULEUR ● DOMINANT ● INFLUENT ● STABLE ● CONSCIENCIEUX. DEVENEZ UN FORMATEUR ULTRA AGILE EN COMMUNICATION.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  **LES FONDAMENTAUX DU DISC**
-  **COACHER EN COULEURS AVEC LE DISC**
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 159€/ PERSONNE.**







ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 6 : L'ART DES QUESTIONS PUISSANTES

-  **PROGRAMME 1H45 DE VISIOCONFÉRENCE**
- LE FORMATEUR EST UN ORATEUR AVANT TOUT. FACE À SON AUDIENCE, IL DOIT SAVOIR QUESTIONNER POUR FAIRE ÉMERGER LES PRISES DE CONSCIENCE. C'EST UNE TECHNIQUE DE COACHING PUISSANTE QUI OUVRE À LA CURIOSITÉ ET À L'APPRENTISSAGE EFFICIENT.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  LES QUESTIONS QUI CHANGENT LES PERCEPTIONS
-  LES NIVEAUX LOGIQUES DE DILTS
-  LES TOQ (TRAITEMENT DES OBJECTIONS PAR DES QUESTIONS)
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 179€/ PERSONNE.**








ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 7 : APPRENDRE À APPRENDRE

-  **PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE**
- POURQUOI CERTAINS APPRENTISSAGES FONCTIONNENT ET D'AUTRES ÉCHOUENT ?
COMPRENDRE LES MÉCANISMES D'APPRENTISSAGE, EXPLORER DES STRATÉGIES EFFICACES ET METTRE EN PLACE DES OUTILS PRATIQUES. RENFORCER L'AUTONOMIE DES APPRENANTS, STIMULER LA MOTIVATION, ET INTÉGRER DES OUTILS PÉDAGOGIQUES CONCRETS DANS LEURS FORMATIONS.
-  **INCLUS : 4 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  DÉTERMINER UN OBJECTIF
-  LA ZONE DE CONFORT
-  SCHÉMA VISUEL DES ÉTAPES (INCOMPÉTENCE INCONSCIENTE → COMPÉTENCE INCONSCIENTE).
-  LES 3 TYPES D'APPRENANTS
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 199€/ PERSONNE.**








ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 8 : FORMER À DISTANCE AVEC ENGAGEMENT

-  **PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE**
- DÉCOUVREZ COMMENT ANIMER VOS FORMATIONS EN LIGNE DE MANIÈRE DYNAMIQUE ET GARDER VOS APPRENANTS ENGAGÉS TOUT AU LONG DU PARCOURS. CE PACK VOUS APPORTE MÉTHODES, OUTILS ET RESSOURCES CONCRÈTES POUR RÉUSSIR VOS ACCOMPAGNEMENTS À DISTANCE.
-  **INCLUS : 4 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  L'OUTIL BEEKAST
-  LES QUIZZ
-  LA CARTE MENTALE
-  LE BRAINSTORMING
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 199€/ PERSONNE.**






ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR 9 : ÊTRE UN FORMATEUR INTERGÉNÉRATIONNEL

-  **PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE**
- CE PACK ACCOMPAGNE LES FORMATEURS EXPÉRIMENTÉS DANS LE DÉVELOPPEMENT D'UNE VISION PÉDAGOGIQUE CLAIRE, CAPABLE DE S'ADAPTER AUX DÉFIS DE LA FORMATION INTERGÉNÉRATIONNELLE ET À LA GESTION DU CHANGEMENT À TRAVERS LES DIFFÉRENCES D'ÂGES.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT INTERGÉNÉRATIONNEL
-  ACCOMPAGNER À TRAVERS LES ÂGES
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 199€/ PERSONNE.**









ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



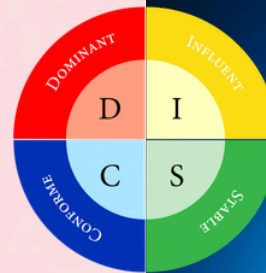
PACK FORMATEUR 10 : PRISE DE PAROLE & IMPACT PÉDAGOGIQUE

-  **PROGRAMME 3H DE VISIOCONFÉRENCE**
- DÉVELOPPEZ VOTRE CHARISME DE FORMATEUR ET APPRENEZ À CAPTIVER VOS APPRENANTS GRÂCE À DES TECHNIQUES ÉPROUVÉES DE PRISE DE PAROLE EN PUBLIC. CE PACK COMPLET VOUS FOURNIT DES OUTILS PÉDAGOGIQUES CONCRETS POUR MAXIMISER L'ENGAGEMENT ET L'IMPACT DE VOS INTERVENTIONS.
-  **INCLUS : 5 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  L'ANCRAGE ANTI-STRESS EN PRISE DE PAROLE
-  LA VOIX VERBALE ET NON VERBALE
-  LE STORYTELLING
-  LES QUESTIONS QUI CHANGENT LES PERCEPTIONS
-  LES TABLEAUX TOURNANTS
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 239€/ PERSONNE.**









ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK FORMATEUR DISC : TRANSMETTRE À TOUS LES PROFILS

-  **PROGRAMME 3H DE VISIOCONFÉRENCE**
- DEVENEZ EXPERT DU DISC ET FORMEZ AVEC PRÉCISION. CE PACK PREMIUM DE 3H VOUS DES OUTILS EXCLUSIFS ET VISIO PERSONNALISÉE POUR ANALYSER LES PROFILS COMPORTEMENTAUX ET ADAPTER VOS FORMATIONS À CHAQUE APPRENANT.
-  **INCLUS : 5 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  **COACHER EN COULEURS AVEC LE DISC**
-  **FORMER EN COULEURS AVEC LE DISC**
-  **LES FORCES MOTRICES**
-  **LES JEUX DE RÔLES DISC**
-  **VOTRE PROFIL COMPLET 4 COULEURS DISC (QUESTIONNAIRE À REMPLIR 2 SEMAINES AVANT LA FORMATION).**
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **1 PARTICIPANT EN INDIVIDUEL : 400€/ PERSONNE.**

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



CONSULTING PÉDAGOGIQUE

- CONSULTING PERSONNALISÉ SUR CES DIFFÉRENTS ITEMS, AU CHOIX :
- PERFECTIONNER UN PROGRAMME DE FORMATION
- ELABORER UN PROGRAMME DE FORMATION
- PERFECTIONNER L'UTILISATION DE POWERPOINT, CANVA ET AUTRES OUTILS DIGITAUX DE FORMATION
- APPRENDRE À CRÉER UNE CHARTE GRAPHIQUE POUR LES PRÉSENTATIONS ET LES RÉSEAUX SOCIAUX
- ELABORER DES ATELIERS DE GROUPE
- PERFECTIONNER L'ÉLABORATION ET L'ANIMATION D'UN MODULE EXISTANT
- MAÎTRISER L'ÉLABORATION DES DOCUMENTS ADMINISTRATIFS DE FORMATION

ACCOMPAGNEMENT SUR 3 SÉANCES DE 2H, AVEC TRAVAIL INDIVIDUEL EN INTER-SESSIONS. PRÉSENTIEL OU DISTANCIEL - 600€

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



UNE SÉANCE DE COACHING INDIVIDUELLE

- UNE SITUATION DIFFICILE À RÉSOUDRE DANS VOTRE POSTURE DE FORMATEUR (TRICE) ?
- PARLONS EN ENSEMBLE ET FAISONS ÉMERGER VOS SOLUTIONS.
- PRENEZ CONSCIENCE DE VOTRE SITUATION ACTUELLE, DES CAUSES DE VOS FREINS, CROYANCES, LIMITES ET BESOINS
- DÉTERMINEZ LES VALEURS QUI VOUS PORTENT EN ACTION POSITIVE
- DÉTERMINEZ VOTRE OBJECTIF, NOUS TRAVAILLERONS ENSEMBLE À L'ATTEINTE DE CELUI CI
- METTEZ VOUS EN ACTION ET DÉPASSEZ VOS LIMITES.

1 SÉANCE DE 1H À 2H : 60€
PRÉSENTIEL OU DISTANCIEL

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

PACKS MANAGERS

CHAQUE PACK COMPREND :

1 COURS EN VISIOCONFÉRENCE + DES FICHES OUTILS

1. **PACK 1** : LES BASES DU MANAGEMENT (VISIO 1H) - **89€**
2. **PACK 2** : CAPTIVER & ENGAGER (VISIO 1H) - **99€**
3. **PACK 3** : SUIS-JE UN BON MANAGER ? (VISIO 1H15) - **139€**
4. **PACK 4** : MOTIVER SON ÉQUIPE (VISIO 1H15) - **149€**
5. **PACK 5** : AUTONOMISER SON ÉQUIPE (VISIO 1H30) - **159€**
6. **PACK 6** : LA COHÉSION D'ÉQUIPE (VISIO 1H30) - **159€**
7. **PACK 7** : LE FEEDBACK CONSTRUCTIF (VISIO 1H30) - **169€**
8. **PACK 8** : CONFLITS & EMOTIONS (VISIO 2H) - **199€**
9. **PACK 9** : LES CLÉS DU CHANGEMENT (VISIO 2H) - **199€**
10. **PACK 10** : PILOTER AVEC CLARTÉ (VISIO 2H) - **239€**
11. **PACK DISC** : DÉCOUVRIR L'OUTIL DISC AVEC ÉDITION DE VOTRE PROFIL 4 COULEURS (VISIO 2H30 À 3H) - **400€**

TOUS LES TARIFS SONT TTC ET PAR PERSONNE.

FORMATIONS GROUPÉES SUR DEVIS.







ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 1 : LES BASES DU MANAGEMENT

-  **PROGRAMME 1H DE VISIOCONFÉRENCE**
- COMMENCEZ PAR L'ESSENTIEL : CRÉER UN CADRE CLAIR, PARTAGER DES VALEURS COMMUNES ET BÂTIR DES BASES SOLIDES POUR RENFORCER VOTRE POSTURE MANAGÉRIALE.
-  **INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  LE CADRE MANAGÉRIAL : STRUCTURER ET SÉCURISER VOS ÉQUIPES,
-  MANAGEMENT VS LEADERSHIP : COMPRENDRE ET INCARNER VOTRE RÔLE,
-  LES VALEURS : CLARIFIER ET INTÉGRER VOS VALEURS DANS VOTRE MANAGEMENT.
- UN ACCOMPAGNEMENT CONCRET POUR DÉVELOPPER VOS COMPÉTENCES MANAGÉRIALES, CULTIVER UN LEADERSHIP AUTHENTIQUE ET AMÉLIORER LA COHÉSION D'ÉQUIPE.
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 89€/ PERSONNE.**

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 2 : CAPTIVER & ENGAGER

PROGRAMME 1H DE VISIOCONFÉRENCE

APPRENEZ À CAPTER L'ATTENTION DE VOTRE AUDIENCE, À ENGAGER VOS COLLABORATEURS ET À VALORISER LES TALENTS GRÂCE À DES OUTILS DE COMMUNICATION CIBLÉS.

INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LES 3 MODES DE COMMUNICATION EN MANAGEMENT : ADAPTER VOTRE DISCOURS POUR MIEUX CONVAINCRE,
-  LES TALENTS : IDENTIFIER, DÉVELOPPER ET MOBILISER LES FORCES DE VOS ÉQUIPES.

UN ACCOMPAGNEMENT CONCRET POUR RENFORCER VOTRE IMPACT MANAGÉRIAL, AMÉLIORER VOTRE COMMUNICATION PROFESSIONNELLE ET STIMULER LA MOTIVATION COLLECTIVE.

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 99€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 3 : SUIS-JE UN BON MANAGER ?

PROGRAMME 1H15 DE VISIOCONFÉRENCE – COACHING PRISE DE POSTE

GAGNER EN CONFIANCE, DÉPASSER LE SYNDROME DE L'IMPOSTEUR ET POSER DES BASES SOLIDES DÈS VOTRE PRISE DE POSTE.

 INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

 FICHE OUTIL “L'ILLUSION DE LA PEUR” : COMPRENDRE ET DÉPASSER VOS BLOCAGES,

 FICHE OUTIL “LIGNE DE VIE” : PRENDRE DU REcul SUR VOTRE PARCOURS ET VOS FORCES MOTRICES.

UN ACCOMPAGNEMENT CONCRET POUR DÉVELOPPER VOTRE LEADERSHIP, CLARIFIER VOS INTENTIONS ET RÉUSSIR VOS PREMIERS PAS DANS VOS NOUVELLES FONCTIONS.

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 139€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION






PACK MANAGER 4 : MOTIVER SON ÉQUIPE

PROGRAMME 1H30 EN VISIOCONFÉRENCE

LE DÉFI DE TOUS LES MANAGERS ! DÉCOUVREZ COMMENT CHALLENGER, CO-CONSTRUIRE ET ÉCHANGER POUR MAINTENIR L'ENGAGEMENT ET LA PERFORMANCE DE VOS COLLABORATEURS.

INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  L'IKIGAÏ : DONNER DU SENS ET RÉVÉLER LA MOTIVATION PROFONDE,
-  LES ENTRETIENS FIXES : INSTAURER DES RENDEZ-VOUS RÉGULIERS ET CONSTRUCTIFS,
-  L'HISTOIRE DE JERRY : INSPIRER ET FÉDÉRER VOTRE ÉQUIPE.

UN ACCOMPAGNEMENT CONCRET POUR DÉVELOPPER LA MOTIVATION COLLECTIVE, RENFORCER VOTRE POSTURE DE LEADER ET CRÉER UNE DYNAMIQUE D'ÉQUIPE DURABLE.

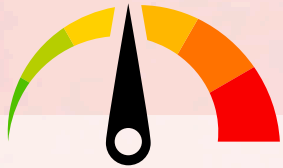
 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 149€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 5 : AUTONOMISER SON ÉQUIPE

PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE

UN BON MANAGER CONSTRUIT UNE ÉQUIPE CAPABLE DE FONCTIONNER SANS LUI. APPRENEZ À RESPONSABILISER VOS COLLABORATEURS ET À DEVENIR UN LEADER QUI N'EST PAS INDISPENSABLE MAIS INSPIRANT.

INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LA NOTION DE LA RESPONSABILITÉ : FAVORISER L'ENGAGEMENT ET L'AUTONOMIE,
-  LES OBJECTIFS ANNUELS POUR LE COLLABORATEUR : STRUCTURER ET CLARIFIER LES PRIORITÉS INDIVIDUELLES.

UN ACCOMPAGNEMENT CONCRET POUR DÉVELOPPER L'AUTONOMIE DE VOS ÉQUIPES, AMÉLIORER LA PRISE D'INITIATIVE ET RENFORCER LA PERFORMANCE COLLECTIVE.

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 159€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 6 : LA COHÉSION D'ÉQUIPE

PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE

UNE ÉQUIPE SOUDÉE ET SOLIDAIRE SOULÈVE DES MONTAGNES, CRÉEZ UNE FORCE COLLECTIVE IMPARABLE.

INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LES VALEURS
-  MANAGER EN COULEURS AVEC DISC
-  ICE BREAKERS

DEVENEZ UN LEADER INSPIRANT POUR VOTRE ÉQUIPE, RENDEZ-LÀ IMPLIQUÉE, TOLÉRANTE FACE À SES PAIRS, ACTRICE, NOVATRICE ET FORCE D'INITIATIVES POUR RÉUSSIR ENSEMBLE.

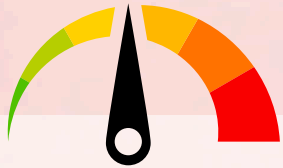
 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 159€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER 7 : LE FEEDBACK CONSTRUCTIF

PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE

LE FEEDBACK EST UN OUTIL PUISSANT SI IL EST MAÎTRISÉ, METTEZ-LE EN PLACE DANS UNE ROUTINE ADAPTÉE.

APPRENDRE À S'AMÉLIORER, À GRANDIR, GRÂCE À SES COLLÈGUES ET À SON MANAGER, EN BIENVEILLANCE ET EN RÉSILIENCE. VOILÀ UN OUTIL SOUVENT CONSIDÉRÉ COMME LE MOMENT DE LA "CRITIQUE", QUE L'ON PEUT TRANSFORMER EN UN INSTANT "CADEAU D'EXPÉRIENCE" À RECEVOIR, SI ON L'AUTORISE !

INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LE PHOTOLANGAGE
-  LES ENTRETIENS FIXES
-  LES OBJECTIFS ANNUELS POUR LE COLLABORATEUR

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 169€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION






PACK MANAGER 8 : CONFLITS & ÉMOTIONS

PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE

APAISEZ LES CONFLITS & MAÎTRISEZ LES ÉMOTIONS, CES CLÉS SERONT ESSENTIELLES POUR UN CLIMAT SEREIN.

INCLUS : 3 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LES POSITIONS DE PERCEPTION (REFRAMING)
-  LA GESTION DE CONFLIT
-  TRAVERSER LES ÉMOTIONS

GRÂCE À TOUS CES OUTILS, VOUS APPRENDREZ À PRENDRE DU RECUL AVEC DIFFÉRENTS ANGLES DE VUE, DÉSAMORCER RAPIDEMENT LES CONFLITS DU QUOTIDIEN ET RÉTABLIR UN CLIMAT APAISÉ ET AIDER VOS COLLABORATEURS À MIEUX GÉRER LEURS ÉMOTIONS POUR RESTER CONSTRUCTIFS.

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 199€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION







PACK MANAGER 9 : LES CLÉS DU CHANGEMENT

PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE

ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT AVEC MÉTHODE ET SÉRÉNITÉ.

INCLUS : 4 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LA GESTION DE CONFLIT DANS LE CHANGEMENT
-  LA GESTION DU CHANGEMENT
-  LA ZONE DE CONFORT
-  LES 6 BOÎTES DE WEISBORD

GRÂCE À CES OUTILS, VOUS SAUREZ, GÉRER LES RÉSISTANCES ET LES TENSIONS QUI APPARAISSENT LORS D'UN CHANGEMENT, CONDUIRE VOS ÉQUIPES DANS LA TRANSITION AVEC MÉTHODE ET SÉRÉNITÉ, AIDER VOS COLLABORATEURS À DÉPASSER LEUR ZONE DE CONFORT SANS PERTE DE MOTIVATION ET ANALYSER ET STRUCTURER VOS PROJETS DE TRANSFORMATION AVEC LES 6 BOÎTES DE WEISBORD.

 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 199€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION









PACK MANAGER 10 : PILOTER AVEC CLARTÉ

PROGRAMME 2H DE VISIOCONFÉRENCE

PILOTEZ VOS ÉQUIPES AVEC STRATÉGIE, SIMPLICITÉ, ACCOMPAGNEMENT ET CONNAISSANCE.

 INCLUS : 6 FICHES OUTILS EXCLUSIVES

-  LES ENTRETIENS ANNUELS
-  LES RÉUNIONS
-  LE BRAINSTORMING
-  ACCOMPAGNER À TRAVERS LES ÂGES
-  GESTION DE CONFLIT
-  TRAVERSER LES ÉMOTIONS

FAITES PASSER VOTRE MANAGEMENT AU NIVEAU SUPÉRIEUR : OUTILS CLÉS, MÉTHODES SIMPLES ET RÉSULTATS DURABLES POUR DES ÉQUIPES PERFORMANTES.

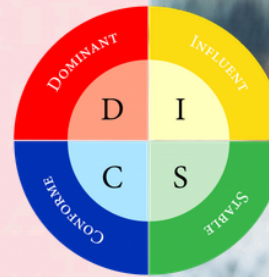
 PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.

DE 15 À 20 PARTICIPANTS : 239€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



PACK MANAGER DISC

 PROGRAMME 2H30 DE VISIOCONFÉRENCE ET 1 RETOUR D'EXPÉRIENCE D'1H 2 MOIS APRÈS LA FORMATION.

FAITES PASSER VOTRE MANAGEMENT AU NIVEAU SUPÉRIEUR : OUTILS CLÉS, MÉTHODES SIMPLES ET RÉSULTATS DURABLES POUR DES ÉQUIPES PERFORMANTES.

FORMATION DISC : DÉVELOPPEZ VOTRE MANAGEMENT EN COMPRENANT LES 4 PROFILS

 DOMINANT  INFLUENT  STABLE  CONSCIEUX ET AMÉLIOREZ LA COHÉSION D'ÉQUIPE.

 **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**

 LES FONDAMENTAUX DU DISC

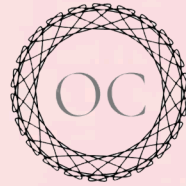
 MANAGER AVEC LE DISC

 **VOTRE PROFIL COMPLET 4 COULEURS DISC** (QUESTIONNAIRE À REMPLIR 2 SEMAINES AVANT LA FORMATION).

 **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**

1 PARTICIPANT EN SESSION INDIVIDUELLE : 400€/ PERSONNE.

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



UNE SÉANCE DE COACHING INDIVIDUELLE

- UNE SITUATION DIFFICILE À RÉSOUDRE DANS VOTRE POSTURE DE MANAGER ?
- PARLONS EN ENSEMBLE ET FAISONS ÉMERGER VOS SOLUTIONS.
- PRENEZ CONSCIENCE DE VOTRE SITUATION ACTUELLE, DES CAUSES DE VOS FREINS, CROYANCES, LIMITES ET BESOINS
- DÉTERMINEZ LES VALEURS QUI VOUS PORTENT EN ACTION POSITIVE
- DÉTERMINEZ VOTRE OBJECTIF, NOUS TRAVAILLERONS ENSEMBLE À L'ATTEINTE DE CELUI CI
- METTEZ VOUS EN ACTION ET DÉPASSEZ VOS LIMITES.

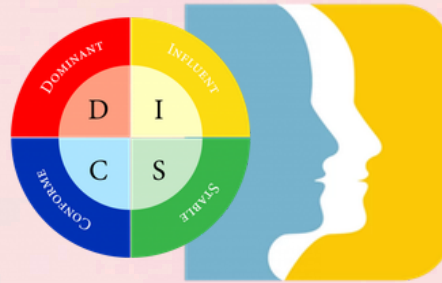
1 SÉANCE DE 1H À 2H : 60€

PRÉSENTIEL OU DISTANCIEL

ONE CHANGE









COACHING & EDUCATION



ensize



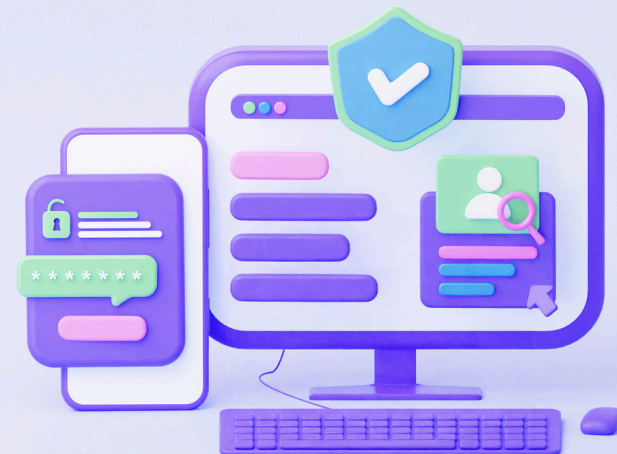
EDITION SIMPLE PROFIL DISC & LES FONDAMENTAUX DES 4 PROFILS COULEUR

-  **PROGRAMME 1H30 DE VISIOCONFÉRENCE**
- DÉCOUVREZ ET COMPRENEZ VOTRE PROFIL DISC ENSIZE GRÂCE À UNE VISIO PERSONNALISÉE DE 1H30. ANALYSE DU PROFIL BASE & ADAPTÉ, EXPLICATION DES FONDAMENTAUX DU DISC ET CONSEILS PRATIQUES POUR UTILISER VOS COMPORTEMENTS DANS LA VIE PROFESSIONNELLE ET PERSONNELLE.
-  **INCLUS : 2 FICHES OUTILS EXCLUSIVES**
-  LES FONDAMENTAUX DU DISC
-  COACHER EN COULEURS AVEC LE DISC
-  **VOTRE PROFIL COMPLET 4 COULEURS DISC** (QUESTIONNAIRE À REMPLIR 2 SEMAINES AVANT LA FORMATION).
-  **PRÉPAREZ VOS QUESTIONS EN AMONT AFIN DE RENDRE CE RENDEZ-VOUS PERSONNALISÉ, INTERACTIF ET EFFICACE.**
- **1 PARTICIPANT EN INDIVIDUEL : 249€/ PERSONNE.**

ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION



VOUS INSCRIRE

- 1** • ENVOYEZ UN MAIL À : **ONECHANGE.COACHING@GMAIL.COM**
 - DEMANDEZ LA FORMATION DE VOTRE CHOIX, RENSEIGNEZ :
NOM/ PRÉNOM/ COORDONNÉES COMPLÈTES/ N° DE TÉLÉPHONE
SPÉCIFIEZ SI VOUS ÊTES UNE ENTREPRISE OU UN PARTICULIER
 - NOUS PROGRAMMERONS ENSEMBLE VOTRE DATE ET VOTRE HORAIRE DE VISIOCONFÉRENCE
- 2** • RÉGLEZ VOTRE FORMATION VIA VIREMENT IBAN AVANT LA FORMATION
- 3** • JE VOUS ENVOIE VOTRE INVITATION PAR MAIL POUR VOTRE VISIO-COURS



ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

Le Podcast ENTRE SAVOIR & ÊTRE

LA BOUSSOLE DES
FORMATEURS * MANAGERS* COACHS

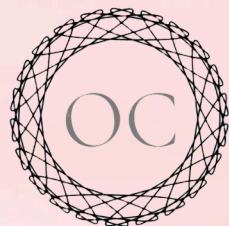
« **INSPIREZ, GUIDEZ, TRANSFORMEZ** »



DEEZER



ONE CHANGE



COACHING & EDUCATION

"JE NE PUIS PAS PLUS TE MONTRER UN PAPILLON DANS UNE
CHENILLE, QU'UNE FRAISE DANS SA FLEUR : IL FAUT QUE LE
SOLEIL AIT MÛRI L'UN ET L'AUTRE"

JACQUES-HENRI BERNARDIN DE SAINT-PIERRE

Lauryane Karadjinov

TÉLÉPHONE : 06.63.06.82.82

MAIL : ONECHANGE.COACHING@GMAIL.COM