



**L'Eauxygène**  
Découvrir - Avancer - S'épanouir

**CENTRE DE FORMATION  
ET DE BILAN DE COMPÉTENCES**



# Révélez-vous pour Faire Émerger Vos Projets

---

## ORGANISATION

- Individuel ou groupe (maximum 10 personnes)
- Mix distanciel et formation en ligne
- 18 modules (Fiches + outils pratiques)
- Durée totale moyenne 30 heures

## Objectif :

Se découvrir et valoriser ses compétences uniques pour faire émerger ses projets avec assurance.

Retrouver l'énergie et la confiance pour avancer.

UNE FORMATION PROPOSÉE PAR

**SYLVIE COLIN**

[sylvie.colin@leauxygene.fr](mailto:sylvie.colin@leauxygene.fr)

 06.85.10.11.58

L'eauxygène - Sylvie COLIN  
Las Burgueres 66480 Maureillas Las Illas  
SIRET 81013333000029 - APE 8559B - EIRL

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n°76660252666 du préfet de région Occitanie

V 06 2024

# PROGRAMME DE LA FORMATION



## PRÉSENTER SA VISION DU PROJET

- Entrer dans une posture de porteur de projet
- Créer son carnet de bord

## EXPLORER SON PROFIL ET SES RESSOURCES

- Déterminer ses besoins, valeurs et motivations
- Mieux connaître sa personnalité et son mode de fonctionnement
- Valoriser ses ressources et explorer ses zones d'ombres



## CONSTRUIRE SA BOUSSOLE

- Définir son Pour Quoi - Sa mission porteuse de sens
- Représenter sa vision
- Formaliser et visualiser ses objectifs
- Dépasser ses blocages

# PROGRAMME DE LA FORMATION

## SE DONNER TOUTE LES CHANCES DE RÉUSSIR SA TRANSFORMATION



- Rester à l'écoute de son mental pour devenir performant
- Identifier ses propres pièges
- Développer son intelligence émotionnelle pour se connecter à soi et aux autres
- Cultiver le flow pour canaliser son énergie
- Déterminer ses petits et gros cailloux pour gagner en efficacité

## BOOSTER SON PROJET ET DEVENIR VISIBLE

- Quitter le mode imposteur invisible
- Positionner son offre
- Définir son business model
- Communiquer avec fluidité
- Préparer son élévator pitch et son pitch deck



## PRENDRE DE LA HAUTEUR

- Développer son agilité
- Définir les prochains petits pas vers sa réussite



# APPORT DES NEUROSCIENCES

L'évolution des connaissances dans le domaine des sciences neuro-comportementales est énorme. Mieux comprendre le fonctionnement humain grâce à l'exploration des différentes zones du cerveau permet d'acquérir de nouvelles compétences et d'être plus performant(e).

Le cerveau est un ensemble de neurones interconnectés qui se multiplient dans certaines zones et diminuent dans d'autres selon notre vie, nos expériences.

Il est alors important de savoir comment nous fonctionnons, qu'elles sont les parties du cerveau que nous avons développé.

Lorsque vous comprenez que rien n'est immuable et qu'il est possible d'évoluer, c'est motivant.

Évoluer, mais pas en claquant des doigts ! S'entraîner et encore s'entraîner comme un sportif qui veut atteindre la performance.

## L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

Nos actions sont guidées par nos pensées qui sont guidées par nos émotions. Et nos émotions sont guidées par nos pensées et nos actions. Un vrai cercle qui peut être vicieux ou devenir vertueux, à nous de choisir ! Elles font parties de nous et sont vitales, donc autant les gérer.

Nos compétences personnelles déterminent la façon dont nous nous comportons.

- La conscience de soi
- La confiance
- La maîtrise de soi
- La motivation

Notre façon de gérer nos relations aux autres : compétences sociales

- L'empathie
- La communication
- Le leadership
- Le relationnel bienveillant
- L'enrichissement des autres

## LA PRÉPARATION MENTALE

- S'entraîner oui mais avec plaisir !
- Garder l'envie de découvrir et de s'émerveiller
- Découvrir le flow et apprendre à y revenir
- Gérer son mental
- Structurer sa pensée en arborescence
- Visualiser, vivre de l'intérieur les étapes de sa vie
- Ancrer du positif dans ses neurones
- Ressourcer son énergie quand c'est nécessaire
- Se reconnecter à son souffle

## LES TESTS DE POSITIONNEMENTS

Ces tests éprouvés se basent sur les travaux de :

Yung : Les typologies de personnalités

Herman : Les préférences comportementales

Goleman : L'intelligence émotionnelle

Korbe : Les comportements dans les organisations.

# POINTS FORTS

- Sessions en distanciel et formation en ligne pour faire gagner un temps précieux aux créateurs
- Séances de co-développement pour développer la force du collectif si formation de groupe
- Intégration d'un groupe privé Facebook pour continuer d'échanger
- Outils issus des sciences neuro-comportementales
- 1 séances par semaine et du travail personnel pour garder une dynamique
- Accès à des ressources complémentaires (vidéo, podcast, conférence, e-book ...)

## MÉTHODOLOGIE

En partant de l'expérience de chacun, l'intervenante apporte un œil d'expert avec des compléments d'information.

Les outils utilisés favorisent le questionnement, la mise en application et l'interaction pour aller plus loin ensemble.

## PUBLIC CIBLE ET PRÉ-REQUIS

Tout public : entrepreneur.e, futur.e entrepreneur.e, manager, salarié.e.

Maitrisant les outils bureautiques. Disposant d'un ordinateur et d'une connexion internet.

## ORGANISATION

### En individuel :

- 6 séances d'1h en visio-conférence pour répondre aux questions et mise en pratique
- Formation en ligne accès illimité pendant 6 mois

### En groupe :

- 6 Séances de 2h en visio-conférence pour répondre aux questions et mise en pratique
- Formation en ligne accès illimité pendant 6 mois

## ACCESSIBILITÉ

Cette formation est proposée en distanciel pour favoriser l'accès à de nombreux types de handicap grâce aux outils numériques. Contactez Sylvie Colin qui sera votre **référente handicap** [sylvie.colin@leauxygene.fr](mailto:sylvie.colin@leauxygene.fr).

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Un entretien téléphonique permet d'ajuster le projet.

Les délais d'accès dépendent du type de financement et du délais de rétractation. En moyenne entre 10 et 20 jours.

## ACQUISITION DES COMPÉTENCES

Afin d'attester la montée en compétences des exercices oraux en lien avec les projets sont réalisés tout au long et à la fin de la formation. Un carnet de bord attestera de l'évolution des compétences.

## DÉMARCHE ET TRAVAIL PERSONNEL

Afin d'optimiser la formation, il est demandé d'effectuer un travail personnel de réflexion et de recherche.

Le suivi sur un carnet de bord permet de structurer et de prendre conscience de l'avancement du projet.

## DÉONTOLOGIE

Tous les détails concernant le consentement, la confidentialité et la neutralité sont spécifiés dans la fiche « engagement déontologique » téléchargeable sur le site internet ou sur demande

# INTERVENANTE

*Sylvie COLIN*

Je suis moi même entrepreneure et passionnée par l'entrepreneuriat depuis plus de 10 ans. Et formatrice depuis 15 ans.

Mon fonctionnement multipotentiels m'a amené à créer plusieurs activités différentes, ce qui me donne une grande ouverture d'esprit et des compétences variées. Je me forme régulièrement aux nouvelles méthodes de développement.

**Ma mission de vie : aider les créateurs qui veulent s'épanouir à réaliser et développer leur rêve professionnel porteur de sens.**



## ACCOMPAGNEMENT ET SUIVI

Afin de favoriser l'intégration et la réussite, un accompagnement quotidien par messagerie est proposé en plus des sessions.

## CATÉGORIE DE FORMATION

Article L.6313-1 : Action de formation  
Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail.

## ACCOMPAGNEMENTS DE L'EAUXYGÈNE

**Satisfaction globale** : 95% des clients ont choisi "très satisfait"

**Réponse aux attentes** : 95% sont très satisfaits

**Qualité d'animation et d'écoute** : 100% très satisfait

Réponse au questionnaire de satisfaction : 90%

## OUTILS UTILISÉS

La formation est complètement en distanciel et se base sur les ressources de l'outil numérique: Visio-conférence, site internet, messagerie, espace ressources, réseaux sociaux, tests et quizz en ligne.

# TARIFS ET FINANCEMENTS

## LES TARIFS



Offre formation  
"Révélez-vous pour  
Faire Émerger Vos Projets"

1 264€ TTC

## AIDES AU FINANCEMENT

En fonction de votre statut, votre situation, différents financements sont possibles. Nous sommes à votre écoute pour vous guider.

- **Pôle emploi** : Consulter son conseiller
- **Agefice** : commerçant ou travailleur indépendant
- **FIF-PL** : profession libérale
- **Fafcea** : artisan - Voir avec la chambre des métiers de votre région
- **Financement personnel** : Paiement en 4X sans frais ni démarche.



## LE CENTRE DE FORMATION

L'eauxygène est un centre de  
formation et de bilan de compétences  
certifié Qualiopi.  
Code CPF 203







**L'Eauxygène**  
Découvrir - Avancer - S'épanouir

**CENTRE DE FORMATION  
BILAN DE COMPÉTENCES**


**Contactez  
nous**



**L'EAUXYGÈNE**

*Sylvie Colin*

 [sylvie.colin@leauxygene.fr](mailto:sylvie.colin@leauxygene.fr)

 06.85.10.11.58

 [www.leauxygene.fr](http://www.leauxygene.fr)

 L'eauxygene

 @leauxygene

 Sylvie COLIN-MOIRAND



**Révélez-vous  
pour  
Faire Émerger  
Vos Projets**



Domaine l'eauxygène  
Las Burgueres  
66480 Maureillas Las Illas