



# Formations Professionnelles

2023

**Secteur Sanitaire et Social**

## Nos domaines d'interventions

*Développement Professionnel*

*Accompagnement des équipes*

*Epanouissement personnel*

*Management*



**Qualiopi**  
processus certifié  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée  
au titre des catégories d'actions suivantes :

ACTIONS DE FORMATION

DÉLIVRÉE PAR



**ICPF**  
CERTIFICATION  
QUALITÉ



Accréditation  
N° 5-0616  
Portée disponible  
sur [www.cofrac.fr](http://www.cofrac.fr)

Créé en 2003, **référéncé Datadock** depuis 2018 et **certifié QUALIOPI** depuis octobre 2021, FCI est un organisme de formation situé à Buthiers (Seine-et-Marne) ainsi qu'à Péronnas (Ain), spécialisé dans les domaines de la formation à la **Communication**, au **Développement Professionnel**, à **l'Affirmation de Soi**, au **Management**, et **l'Epanouissement du personnel**.

Pour le secteur particulier du Social et Médico-Social, nous avons développé des formations spécifiques à l'attention des travailleurs sociaux et personnels d'encadrement évoluant au sein de structures d'accueil pour publics en difficulté :

- ◆ Personnes en situations de handicap
- ◆ Adultes et enfants en situations précaires
- ◆ Personnes âgées

Ces formations sont dispensées **en vos locaux partout en France**, elles s'adaptent à l'activité de l'établissement, au profil des équipes et à la spécificité de chaque structure.

Nous animons également des **groupes d'Analyse des Pratiques Professionnelles** à l'attention des équipes au sein d'un même établissement.

Elles sont **adaptées et réalisées sur mesure**, en Intra-Établissement, **partout en France**.

Selon la demande il y a certaines sessions en inter-établissement permettant d'inscrire un seul collaborateur, à Evry (91) ou Lyon (69) (**les sessions en inter-établissement sont garanties à partir de 6 participants- nous consulter pour les prochaines dates- en général en mars ou en septembre**).

Cette année nous avons mis l'accent sur la **communication, la gestion des conflits, et surtout la bientraitance, la sensibilisation au handicap et la gestion du stress**.

Nos intervenants portent nos valeurs. Ils possèdent tous une expérience pratique des thématiques sur lesquelles ils interviennent et délivrent des enseignements concrets.

Ils veillent à comprendre la culture de l'institution et le contexte dans lequel ils interviennent afin d'adapter leurs méthodes et d'optimiser leur intervention.

Vous trouverez dans ce catalogue les descriptifs de nos principaux stages.

Nos chiffres-clés : *plus de 100 clients fidèles, plus de 800 stagiaires formés entre 2017 et 2023, 96,4 % de satisfaction stagiaires*

Ce catalogue peut vous être envoyé par la poste en format papier sur simple demande.

Je vous donne rendez-vous pour de plus amples informations sur notre site internet :

[www.fciformation-medicosocial.com](http://www.fciformation-medicosocial.com)

ou par e-mail [contact@fciformation.fr](mailto:contact@fciformation.fr).



JEAN-MARC VANNEAU  
Directeur

## Nos formations

Le surveillant de nuit dans sa juste posture professionnelle	page 2
La maitresse de maison dans sa juste posture professionnelle	
Le travailleur social dans sa juste posture professionnelle	page 3
Le travailleur social et la sexualité des personnes accueillies	
<b>NOUVEAU</b> Sensibilisation au handicap	page 4
Optimisation des écrits professionnels	
<b>NOUVEAU</b> La gestion du stress	page 5
La bienveillance en institution	
La gestion de conflits	page 6
Gérer ses émotions en situation professionnelle	
La régulation émotionnelle dans le cadre professionnelle	page 7
Travailler plus efficacement en équipe pluridisciplinaire	
Analyse des pratiques professionnelles	page 8
Le projet d'établissement/le projet personnel	
Le projet d'animation	page 9
Renforcement de l'efficacité et de la qualité	
Prévention des risques psychosociaux et de l'usure professionnelle	page 10
Renforcement des attitudes positives & des compétences	
Le bien-être au travail par la sophrologie	page 11
Le bien-être au travail par la relaxation	
Le bien-être au travail par le massage	page 12
Apprentissage de l'anglais	
Le management d'une équipe	page 13
Manager les personnes difficiles	
La gestion des conflits	page 14

# Développement Professionnel

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

## Sessions en Inter-établissements

Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants  
Tarif : 1100 euros par participant

Évry (91) :

Lyon (69) :

## Le Surveillant de Nuit dans sa juste posture professionnelle

*S'affirmer dans sa fonction – Prévenir les conflits – Gérer les situations délicates*

### Objectifs :

Donner aux participants les moyens de mieux vivre leur fonction de Surveillant de Nuit au sein de leur établissement. Cette formation constitue un véritable travail collectif et a comme bénéfices :

- ✓ La (re)valorisation du rôle professionnel du Surveillant de Nuit
- ✓ L'adaptation de leur comportement et l'amélioration de leur communication
- ✓ Le Renforcement de leurs capacités à prévenir et gérer les situations conflictuelles

### Personnes concernées :

Surveillants de nuit, gardiens de foyers, de centres d'hébergement, de résidences, MAS, MECS, ...

**Prérequis:** aucun

**Tarifs en session intra-établissement/groupe :**  
5 jours (3j+2)

Version condensée personnalisée possible (3J)

1 300 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

## Sessions inter-établissement

5 jours (3j + 2j)

1 100 € par participant

Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants

Évry (91) :

Lyon (69) :

## La Maitresse de Maison dans sa juste posture professionnelle

*S'affirmer dans sa fonction – Prévenir les conflits – Gérer les situations délicates*

### Objectifs :

Donner aux participants les moyens de mieux vivre leur fonction de Maitresse de Maison au sein de leur établissement. Cette formation constitue un véritable travail collectif et a comme bénéfices :

- ✓ La (re)valorisation du rôle professionnel de Maitresse de Maison
- ✓ L'adaptation de leur comportement et l'amélioration de leur communication
- ✓ Le Renforcement de leurs capacités à prévenir et gérer les situations conflictuelles

### Personnes concernées :

Maitresses de Maison dans des foyers, centres d'hébergement, de résidences, MAS, MECS, ...

**Prérequis:** aucun

**Tarifs en session intra-établissement/groupe :**  
5 jours (3j+2j)

Version condensée personnalisée possible (3J)

1 300 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

# Développement Professionnel

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

Sessions inter-  
établissement

5 jours (3j + 2j)

1100 € par

participant

Les sessions en  
inter-établissements  
sont garanties à

partir de 6

participants

Évry (91) :

Lyon (69) :

## Le travailleur social dans sa juste posture professionnelle

*S'affirmer dans sa fonction – Prévenir les conflits – Gérer les situations délicates*

### Objectifs :

Donner aux participants les moyens de mieux vivre leur fonction de travailleur social au sein de leur établissement. Cette formation constitue un véritable travail collectif et a comme bénéfices :

- ✓ La (re)valorisation du rôle professionnel de chaque travailleur social
- ✓ L'adaptation de leur comportement et l'amélioration de leur communication
- ✓ Le Renforcement de leurs capacités à prévenir et gérer les situations conflictuelles

### Personnes concernées :

Tous le personnel des établissements sociaux et médico-sociaux.

**Prérequis:** aucun

Tarifs en session intra-  
établissement/groupe :

5 jours (3j+2j)

Version condensée personnalisée  
possible (3J)

1 300 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

Dates et lieu des  
sessions en Inter-  
établissements.

2 jours consécutifs  
900 € par  
participant (sans  
supplément de  
taxe)

Les sessions en  
inter-établissements  
sont garanties à  
partir de 6  
participants

Évry (91) :

Lyon (69) :

## Le Travailleur Social et la sexualité des personnes accueillies

*Pour que le TS soit plus à l'aise avec la sexualité des résidents*

### Objectifs :

Mieux gérer les situations délicates générées par l'expression parfois déconcertante de la sexualité des personnes accompagnées. Cette formation permettra à chaque participant de :

- ✓ Repérer son propre positionnement par rapport à la sexualité des bénéficiaires et son incidence possible sur l'accompagnement et la prise en charge.
- ✓ Accueillir l'expression de la sexualité avec assurance et bienveillance
- ✓ Savoir entendre, décrypter et clarifier les demandes
- ✓ Pouvoir gérer les pulsions, les débordements des bénéficiaires et poser des limites

### Personnes concernées :

Tous les acteurs du secteur Social et Médico-social : éducateurs, surveillants de nuit, maitresses de maison, AES, cadres, etc...

**Pré-requis:** aucun

Tarifs des sessions en Intra-  
établissement/groupe :  
2 jours consécutifs

1 300 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

# Développement Professionnel

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Sessions en Inter-établissements  
Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants  
**Tarifs et dates :  
Veuillez nous contacter**

Évry (91) :  
Lyon (69) :

## Sensibilisation au handicap

**Comprendre, prévenir et gérer de manière respectueuse et constructive les situations avec les personnes en situation de handicap**

### Objectifs :

- ✓ Identifier les concepts autour duquel s'articule l'accompagnement des publics handicapés
- ✓ Maîtriser les dispositifs législatifs en vigueur et être capable de s'inscrire dans les évolutions actuelles dites inclusives
- ✓ Porter à votre connaissance les définitions du handicap, leur évolution et leurs conséquences
- ✓ Être capable d'analyser les besoins propres à chaque type de handicap
- ✓ Réfléchir à des solutions adaptées en lien avec les référentiels, bonnes pratiques professionnelles de la Haute Autorité de Santé

### Personnes concernées :

Toutes les personnes en contact avec un public en situation de handicap ( au sein de structures spécifiques au handicap ou non)

**Prérequis:** aucun

Tarifs en session intra-établissement/groupe :  
2 jours

1.000 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

Formation accessible aux personnes en situation de handicap  
Cette formation est

dispensée

exclusivement en

vos locaux, partout

en France, elle

s'adapte à l'activité

de l'établissement,

au profil des équipes

et à la spécificité des

documents que les

personnels ont à

produire

## Optimisation des Écrits Professionnels

**Être en mesure de mieux répondre aux attentes des différentes parties concernant les écrits à produire, être plus à l'aise à l'écrit**

### Objectifs :

Donner aux participants les outils et les techniques, pour rédiger de façon claire, concise et professionnelle les différents documents écrits qu'ils doivent produire.  
Cette formation a comme bénéfices de :

- ✓ Rédiger « CCCP » (Court, Clair, Complet, Précis) tout en restant agréable à lire.
- ✓ Éliminer le « syndrome de la page blanche ».
- ✓ Répondre à la double question : « Qu'est-ce que j'écris, qu'est-ce que je n'écris pas ? ».
- ✓ Replacer ses émotions dans leur juste contexte.

### Personnes concernées :

Acteurs du secteur social et médico-social : travailleurs sociaux, agents administratifs, cadres, ...

**Pré-requis:** aucun

2 jours consécutifs  
Plus frais hébergement le cas échéant

Prix : 1200 € par jour

# Développement Professionnel

## La gestion du stress

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Cette formation s'adapte à l'activité de l'établissement, au profil des équipes et aux problématiques spécifiques rencontrés

**Prévenir, dépister et agir face à des situations stressantes**

### Objectifs :

- ✓ Identifier les moments délicats
- ✓ Apprendre à gérer ses émotions
- ✓ Apprendre à respirer pour lâcher prise
- ✓ Acquérir quelques techniques simples permettant un retour au calme
- ✓ Appréhender son futur avec confiance et optimisme.

### Personnes concernées :

Tout intervenant auprès des usagers des services sociaux et médico-sociaux

**Pré-requis:** aucun

2 à 3 jours selon les besoins

1200 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

*Formation dispensée en vos locaux partout en France*

## La Bienveillance en Institution

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Cette formation s'adapte à l'activité de l'établissement, au profil des équipes et aux problématiques spécifiques rencontrés

**Prévenir, dépister et agir face à des situations de maltraitance**

### Objectifs :

Donner aux participants les moyens de mieux intégrer la notion de Bienveillance dans leur pratique professionnelle :

- ✓ Clarifier le concept de bienveillance et les enjeux de sa mise en application.
- ✓ Adopter et promouvoir les comportements qui manifestent le respect de la personne.
- ✓ Inventorier les outils disponibles pour maintenir la dynamique de bienveillance.
- ✓ Identifier son établissement comme un des éléments moteurs de la bienveillance

### Personnes concernées :

Tout intervenant auprès des usagers des services sociaux et médico-sociaux

**Pré-requis:** aucun

2 jours consécutifs

1300 € par jour (sans supplément de taxe)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

*Formation dispensée en vos locaux partout en France*

# Développement Professionnel

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants

Évry (91) :  
Lyon (69) :

**Tarifs et dates :**  
**Veillez nous contacter**

## La communication et La Gestion des Conflits

*Comprendre, prévenir, gérer de façon professionnelle les situations conflictuelles*

### Objectifs :

Donner aux participants les méthodes et techniques pour comprendre, prévenir et gérer de manière respectueuse, positive et constructive les situations conflictuelles avec les personnes accueillies :

- ✓ Repérer les facteurs menant aux conflits et en distinguer les différentes natures
- ✓ Développer sa capacité à mettre en œuvre une attitude constructive pour faire face aux situations conflictuelles et les résoudre.
- ✓ Comprendre l'importance des émotions, chez soi et chez l'autre, en situation difficile

### Personnes concernées :

Acteurs du secteur sanitaire et social au contact des personnes accueillies et de leurs familles

**Pré-requis:** aucun

**Tarifs pour les sessions intra-établissement/groupe :**  
4 jours (2j + 2j)

1 200 € par jour (plus frais hébergement)  
Groupe de 6 à 12 personnes maximum

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

**Tarifs et dates :**  
**Veillez nous contacter**

Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants

Évry (91) :

Lyon (69) :

## Gérer ses Émotions en Situation Professionnelle

*Mieux gérer ses émotions (et celles des autres) dans le cadre professionnel*

### Objectifs :

Se réconcilier avec les émotions, en faire un « atout relationnel », augmenter son efficacité professionnelle, particulièrement lorsque les situations sont difficiles, délicates ou conflictuelles. Cette formation a comme bénéfices de :

- ✓ Apprendre à identifier ses émotions et à les nommer.
- ✓ Comprendre leur fonction, leur utilité et leur fonctionnement
- ✓ Apprendre à développer une plus grande maîtrise de ses propres comportements dans les situations émotionnellement chargées.

### Personnes concernées :

Acteurs du secteur social et médico-social : TS, Agents administratifs, cadres, .....

**Pré-requis:** aucun

**Tarifs pour les sessions en intra-établissement/groupe :**  
4 jours (2j + 2j)

1 200 € par jour (plus hébergement) Groupe de 6 à 12 personnes maximum

# Développement Professionnel

## La Régulation Emotionnelle dans le cadre Professionnel

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

**Tarifs et dates :**  
**Veillez nous  
contacter**

Les sessions en  
inter-établissements  
sont garanties à  
partir de 6  
participants

Évry (91) :

Lyon (69) :

*En situation d'urgence ou en différé, pour aider les autres (et soi-même)*

### Objectifs :

Donner aux participants les moyens d'aider leur entourage professionnel (résidents, collègues, visiteurs extérieurs, etc...) en cas de réactions émotionnelles non désirables :

- ✓ Réguler ses propres émotions "en situation" et "en différé"
- ✓ Développer une plus grande maîtrise de ses propres comportements dans les situations émotionnellement chargées.
- ✓ Accompagner les personnes "en situation", à l'instant où leur émotion se manifeste
- ✓ Accompagner les personnes "en différé", lorsque la personne n'est plus en "situation de crise" mais qu'elle souhaite, après coup, réguler définitivement sa difficulté émotionnelle.

### Personnes concernées :

Acteurs du secteur social et médico-social : TS, Agents administratifs, cadres, ...

**Pré-requis:** aucun

**Tarifs pour les sessions en  
intra-établissement/groupe :**  
**3 jours consécutifs**

**1 200 € par jour (plus hébergement)**  
**Groupe de 6 à 12 personnes maximum**

## Travailler plus efficacement en Équipe Pluridisciplinaire

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

Cette formation est  
dispensée  
**exclusivement en  
vos locaux, partout  
en France**, elle  
s'adapte à l'activité  
de l'établissement,  
au profil des équipes  
et aux  
problématiques  
spécifiques  
rencontrés

*Pour une équipe plus efficace, plus soudée, où chacun trouve sa place*

### Objectifs :

Comprendre les enjeux d'une équipe et contribuer à son projet commun. Travailler en cohérence et en congruence entre professionnels issus de domaines différents.

- ✓ Reconnaître les missions et les rôles donnés par la fonction de chacun.
- ✓ Utiliser la diversité des profils en tant que complémentarité plutôt qu'opposition.
- ✓ Partager des valeurs et des compétences.
- ✓ Se donner des outils pour améliorer les échanges d'informations et les prises de décisions.

### Personnes concernées :

Acteurs du secteur sanitaire et social agissant au sein d'une équipe pluridisciplinaire

**Pré-requis:** aucun

**4 jours (2j + 2j)**

**1300 € par jour**  
**Groupe de 6 à 12 personnes maximum**

## Accompagnement d'équipe

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<b>Analyse des Pratiques Professionnelles</b>	
	<p><b>Objectifs :</b></p> <p>Donner à chacun des participants l'occasion d'écouter, de partager et d'échanger, avec les membres de l'équipe, sur son activité professionnelle</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Repérer son cadre d'action, ses champs d'intervention, son articulation dans l'équipe.</li><li>✓ Identifier ses croyances personnelles et leur interaction avec la pratique quotidienne</li><li>✓ Sortir des rapports de forces dans l'accompagnement.</li><li>✓ Repérer les jeux psychologiques et savoir en sortir. Poser ses frontières dans le respect de soi, des autres et dans le cadre de sa mission.</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Acteurs du secteur sanitaire et social agissant au sein d'une équipe pluridisciplinaire</p> <p><b>Pré-requis:</b> aucun</p>	
	<p>1 séance (2h30) par mois sur 6 à 10 mois environ</p>	<p>Prix : 450€ par séance</p> <p>Groupe de 6 à 12 personnes</p>

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<b>Le projet d'établissement/ le projet personnel</b>	
	<p><b>Objectifs :</b></p> <p><i>Mettre en place le projet personnel au regard de la loi et dans l'intérêt du résident.</i></p> <p><i>Connaître à minima le projet d'établissement</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Connaître ce que dit la loi par rapport aux projets personnels (PP) et au projet d'établissement</li><li>✓ Mettre en place une relation privilégiée entre le référent projet et le résident</li><li>✓ Mettre en place les PP dans l'établissement</li><li>✓ Organiser les réunions dédiées au PP</li><li>✓ Mettre en place les PP dans l'établissement</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Acteurs du secteur sanitaire et social qui doivent développer l'un de ces projets</p> <p><b>Pré-requis:</b> aucun</p>	
	<p>1 journée soit 7 heures</p> <p>Groupe de 6 à 12 personnes</p>	<p>Prix : 1.200 €</p>

## Accompagnement d'équipe

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<h3>Le projet d'animation</h3>
	<p><b>Objectifs :</b> <i>Mettre en place le projet d'animation dans l'intérêt et les besoins du résident. Ce projet d'animation devra être en lien direct avec le projet personnel (PP)</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Evaluer le projet d'animation</li><li>✓ Connaître les 3 grands types d'animation :</li><li>✓ Quotidienne</li><li>✓ Mensuelle</li><li>✓ Exceptionnelle</li><li>✓</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Toutes les personnes qui vont agir qui auront à mettre en place un projet d'animation et à participer au projet d'établissement.</li></ul> <p><b>Pré-requis:</b> aucun</p>
	<p>1 journée soit 7 heures <span style="float: right;">Prix : 1.200 €</span></p> <p>Groupe de 6 à 12 personnes</p>

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Pré-requis : aucun</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<h3>Renforcement de l'efficacité et de la qualité</h3>
	<p><i>Intégrer la notion de stress – en faire son allié</i></p> <p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Définir les notions de stress, estime de soi, confiance en soi.</li><li>✓ Décoder ses pensées limitantes pour renforcer son estime de soi.</li><li>✓ Dépasser ses peurs pour atteindre ses objectifs.</li><li>✓ Appliquer les méthodes de gestion du stress.</li><li>✓ Devenir son propre coach.</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Tous les acteurs du secteur sanitaire et social, toute personne souhaitant prendre sa place, ses responsabilités, se recentrer sur l'essentiel, augmenter confiance et estime de soi, gérer ses émotions, créer en conscience !</p>
	<p>1 journée soit 7h <span style="float: right;">Prix : 1100€</span></p> <p>Groupe de 6 à 12 personnes <span style="float: right;">Plus frais le cas échéant</span></p>

**Interventions effectuées en vos locaux partout en France**

## Accompagnement d'équipe

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Prérequis : aucun</p> <p>Nombre de participants : 6 à 12 personnes maxi</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<h3>Prévention des risques psychosociaux et de l'usure professionnelle</h3> <p><i>Limiter la charge mentale et émotionnelle</i> <i>Reconnaitre et prévenir le burn-out</i></p> <p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Clarifier les concepts de charge mentale, émotionnelle et burn-out.</li><li>✓ Repérer les risques de surchauffe</li><li>✓ Quitter le mode survie</li><li>✓ Savoir écouter ses sensations</li><li>✓ Eviter le catastrophisme</li><li>✓ Identifier des échappatoires</li><li>✓ Apprendre à mieux communiquer</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Tous les acteurs du secteur sanitaire et social, toute personne souhaitant prendre sa place, ses responsabilités, se recentrer sur l'essentiel, augmenter confiance et estime de soi, gérer ses émotions, créer en conscience !</p>
	<p><b>1 journée soit 7h</b> <b>Groupe de 6 à 12 personnes</b></p> <p style="text-align: right;"><b>Prix : 1.100 €</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Interventions effectuées <u>en vos locaux partout en France</u></i></p>

<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p>Prérequis : aucun</p> <p>Nombre de participants : 6 à 12 personnes maxi</p> <p>Interventions effectuées en vos locaux partout en France</p>	<h3>Renforcement des attitudes positives et des compétences</h3> <p><i>Gestion du stress, en faire un atout professionnel</i></p> <p><b>Objectifs :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Définition du stress.</li><li>✓ Différencier le bon et le mauvais stress.</li><li>✓ Identifier les différentes sources du stress.</li><li>✓ Comprendre les mécanismes du stress, ses manifestations et impact.</li><li>✓ Acquérir les techniques de relaxation et mettre en place des stratégies anti-stress.</li><li>✓ Intégrer les concepts clés de l'intelligence émotionnelle.</li><li>✓ Identifier les émotions et leurs impacts</li><li>✓ Maintenir ou rétablir un équilibre émotionnel</li><li>✓ Atteindre un équilibre de vie : vie professionnelle/vie personnelle</li><li>✓ Anticiper les situations de tension</li></ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Tous les acteurs du secteur sanitaire et social, toute personne souhaitant prendre sa place, ses responsabilités, se recentrer sur l'essentiel, augmenter confiance et estime de soi, gérer ses émotions, créer en conscience !</p>
	<p><b>2 jours soit 14h</b> <b>Groupe de 6 à 12 personnes</b></p> <p style="text-align: right;"><b>Prix : 2.200 €</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Interventions effectuées <u>en vos locaux partout en France</u></i></p>

# Epanouissement professionnel des personnels

## Sophrologie

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Prérequis : aucun

Nombre de participants :  
6 à 10 personnes maxi  
5 Modules : de 10 séances chacun

Coût pour 1 module (10 séances) : 950€  
Périodicité : 1 fois par semaine  
Durée de la séance : 1 heure

### Objectifs :

- ✓ Mobiliser les potentiels humains.
- ✓ Activer de façon positive les capacités et les ressources de l'individu.
- ✓ Renforcer les structures saines de sa personnalité.
- ✓ Travailler sur l'équilibre physique, émotionnel et mental pour arriver à un mieux-être global.
- ✓ Développer de meilleures capacités d'adaptation aux conditions de vie actuelles en société.
- ✓ Intégrer les outils de la sophrologie par la répétition et la régularité de pratique.

### Personnes concernées :

Tous les acteurs du secteur sanitaire et social, toute personne souhaitant prendre sa place, ses responsabilités, se recentrer sur l'essentiel, augmenter confiance et estime de soi, gérer ses émotions, créer en conscience !

**10 séances (1h) par semaine**

**Prix : 950€**

Étymologie du mot "sophrologie"

Sos : Harmonie      Phren : Conscience      Logos : Étude

« Étude de l'harmonie de la conscience, augmente le degré de lucidité »

. Aide à prévenir les risques psychosociaux en amont des manifestations aiguës de stress, de violence ou d'épuisement. Elle s'intègre aisément à notre vie quotidienne professionnelle ou personnelle. Elle ne demande ni matériel, ni tenue vestimentaire ou conditions particulières. Seul impératif, s'autoriser à prendre du temps pour soi.

***Interventions effectuées en vos locaux partout en France***

## Relaxation

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

Prérequis : aucun

Nombre de participants :  
6 à 12 personnes maxi

5 Modules :  
**5 Ateliers :**  
(5 thématiques)  
Niveau 1, 2 et 3  
Coût pour 1 atelier : 500€  
Périodicité :  
1 fois par mois  
Durée de la séance : 3h30mn

### Objectifs :

- ✓ Libérer l'esprit des pensées négatives et le corps des tensions accumulées.
- ✓ Effacer stress, fatigue et nervosité pour laisser éclore calme intérieur et sérénité.
- ✓ Gagner en vitalité et confiance en soi.
- ✓ Améliorer la concentration.
- ✓ Développer la cohésion d'équipe, dynamique de groupe.
- ✓ Stimuler la motivation.
- ✓ Mettre de la distance et aborder la problématique sous un nouvel angle.

### Personnes concernées :

Tous les acteurs du secteur sanitaire et social

**Pour un atelier**

**500 €**

La relaxation correspond à un ensemble de techniques visant à obtenir un relâchement psychique et musculaire profond. La relaxation peut être apaisante ou tonifiante selon l'objectif et l'intention émise. Proposer une approche holistique de l'ETRE, pour aligner le physique, le mental et l'émotionnel, et aboutir à un équilibre. Donner un nouvel influx à vos personnels par une approche pertinente du lâcher-prise et la détente absolue. Rompre avec la routine permet de redonner la motivation et l'énergie nécessaires aux personnels.

***Interventions effectuées en vos locaux partout en France***

## Epanouissement professionnel des personnels

### Massage

Objectifs :

- ✓ Gérer la problématique des TMS (troubles musculo-squelettiques)
- ✓ Favoriser le lâcher-prise et améliorer les relations humaines.
- ✓ Augmenter en vitalité et confiance en soi.
- ✓ Dynamiser et/ou apaiser. Reprendre de l'activité l'esprit serein et apaisé..
- ✓ Amener du bien-être, détente expresse.
- ✓ Stimuler la créativité.
- ✓ Améliorer la qualité de présence.

Pour un atelier

Prix 400 €

**Massage Assis (habillé) :**

Nombre de participants : 8 pers/ ½ journée

Type de massage : Massage assis – 20mn/pers.

Coût pour 1 atelier : 400€

Périodicité : A la demande, par demi-journée

Durée de la séance : 3h30mn

**Relaxation coréenne (habillé) :**

Nombre de participants : 4 pers/ ½ journée

Type de massage : Relaxation coréenne (massage habillé au sol) – 45mn/pers.

Coût pour 1 atelier : 400€

Périodicité : A la demande, par demi-journée

Durée de la séance : 45 mn/pers.

*Interventions effectuées en vos locaux partout en France*

### Anglais

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

Formation dispensée  
sur demande en vos  
locaux partout en  
France : nous  
consulter

Pré-requis: aucun

**Objectifs :**

**Du niveau A1 (débutants) à C2 avancé)**

**Formations éligibles au CPF, sur mesure, adaptées à vos besoins.**

**Chaque module est conçu suivant les lignes directrices établies ensemble pour  
une formation personnalisée et pertinente.**

- ✓ Anglais général
- ✓ Préparation tests tels que le TOEIC / BRIGHT/ LINGUASKILL

Anglais professionnel

**Personnes concernées :** Toute personne souhaitant se former en anglais

**Contactez-nous pour un  
devis personnalisé**

## Management d'une équipe

### *Encadrer et dynamiser une équipe de travail*

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

**Tarifs et dates :**  
**Veillez nous  
contacter**

Les sessions en  
inter-établissements  
sont garanties à  
partir de 6  
participants

**Lieu :**

Evry (91)

#### **Objectifs :**

Former les Managers et membres de l'encadrement aux techniques essentielles du Management des Femmes et des Hommes au sein de l'Institution. Le participant pourra :

- ✓ Prendre conscience de son style personnel de Management et le faire évoluer
- ✓ Affiner l'image de sa fonction : autorité, responsabilité, délégation, motivation, ....
- ✓ Mieux se situer et s'affirmer dans l'organisation.
- ✓ Développer son aptitude à communiquer avec les membres de son équipe
- ✓ Mobiliser les énergies individuelles au bénéfice des objectifs communs

#### **Personnes concernées :**

Toute personne ayant la responsabilité hiérarchique ou fonctionnelle d'une équipe

**Pré-requis:** aucun

Formation dispensée sur demande en  
vos locaux partout en France  
**5 jours (3j + 2j)**

**1 500 € par jour (sans supplément de taxe)**  
Groupe de 6 à 10 personnes maximum

## Manager les personnalités difficiles

### *Identifier, comprendre et gérer les profils de personnalités difficiles*

Formation accessible  
aux personnes en  
situation de handicap

**Tarifs et dates :**  
**Veillez nous  
contacter**

Les sessions en  
inter-établissements  
sont garanties à  
partir de 6  
participants

**Lieu :**

Evry (91)

#### **Objectifs :**

Améliorer les relations interpersonnelles et au sein d'une équipe avec des personnes au caractère et au comportement « difficiles » :

- ✓ Identifier et analyser les comportements des personnalités difficiles
- ✓ Adapter son mode de management à ces personnalités
- ✓ Sortir des situations de blocage
- ✓ Mettre en place et conserver des relations apaisées avec ces personnes

#### **Personnes concernées :**

Membres de l'Encadrement ayant à manager des personnalités difficiles

**Pré-requis:** maîtriser les fondamentaux du Management

Formation dispensée sur  
demande en vos locaux partout  
en France :  
**2 jours consécutifs**

**1 300 € par jour (sans supplément de taxe)**

La Gestion des Conflits	
<p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p> <p><b>Tarifs et dates : Veuillez nous contacter</b></p> <p>Les sessions en inter-établissements sont garanties à partir de 6 participants</p> <p><b>Lieu :</b></p> <p style="padding-left: 20px;">Évry (91)</p> <p style="padding-left: 20px;">Lyon (69)</p>	<p style="text-align: center;"><b><i>Comprendre, prévenir, gérer de façon professionnelle les situations conflictuelles</i></b></p> <p><b>Objectifs :</b></p> <p>Donner aux participants les méthodes et techniques pour comprendre, prévenir et gérer de manière respectueuse, positive et constructive les situations conflictuelles avec les personnes accueillies :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Repérer les facteurs menant aux conflits et en distinguer les différentes natures</li> <li>✓ Développer sa capacité à mettre en œuvre une attitude constructive pour faire face aux situations conflictuelles et les résoudre.</li> <li>✓ Comprendre l'importance des émotions, chez soi et chez l'autre, en situation difficile</li> </ul> <p><b>Personnes concernées :</b></p> <p>Toute personne responsable de l'animation d'une équipe</p> <p><b>Pré-requis:</b> aucun</p> <div style="background-color: #00AEEF; color: white; padding: 5px;"> <p style="margin: 0;"><b><i>Formation dispensée sur demande <u>en vos locaux partout en France</u> 4 jours (2j + 2j) 1 400 € par jour (sans supplément de taxe)</i></b></p> </div>

## Notre équipe

### Catherine PAUTASSO

Intervenante spécialisée en Travail Social

Formatrice, consultante

Spécialités pédagogiques :

- Analyse des pratiques professionnelles
- Gestion des émotions
- Sensibilisation au handicap

Bienveillance-maltraitance

### Jean-Marc Vanneau

Directeur général de FCI

Développement des contenus pédagogiques

Formateur,

Spécialités pédagogiques :

- Management et leadership
- Gestion des conflits
- Communication
- Anglais (business)

### Lauriane CYDZIK

Intervenante spécialisée en Travail Social

Formatrice, consultante, psychothérapeute

Spécialités pédagogiques :

- Communication
- Gestion des émotions
- Prise de parole en public

### Dominique MONTHIEUX

Intervenant spécialisé en Travail Social

Formateur, psychothérapeute

Spécialités pédagogiques :

- Analyse des pratiques professionnelles
- Bienveillance - Maltraitance
- Gestion du Stress – relaxation

### Véronique ADAM

Intervenante spécialisée en sophrologie

- Sophrologie
- Relaxation
- Massage assis et debout

### Donna HENSLEY

Intervenante de langue maternelle anglaise.

Spécialités pédagogiques :

- Anglais tous niveaux
- Anglais américain tous niveaux

### Cécile AUFFRET

Intervenante spécialisée en Travail Social

Formatrice adultes et jeunes enfants

Spécialités pédagogiques :

- Savoir-faire et savoir-être professionnels
  - Gestion du stress
- FLE

### Catherine MEHU

Intervenante spécialisée en Travail Social

Formatrice, psychothérapeute

Spécialités pédagogiques :

- Communication
- FLE
- Intervention sociale

## Quelques établissements ayant récemment suivi les formations animées par FCI :

- ◆ Abri Temporaire d'Enfants, Paris (75), Accueil de la Mère et de l'Enfant, Paris (75)
- ◆ ADAPEI: Virieu-le-Grand (01), Le Neubourg (27)
- ◆ ADEF résidences, La Ferté Gaucher (77)
- ◆ ADSEA du Val d'Oise, Pontoise (95)
- ◆ AEPC Concorde, Montfermeil (93)
- ◆ AFTAM : Rennes (35), Montbard (21), Brest (29), Rouen(76), Creil (60), Joigny (89), Roissy en Brie (77), Persan (95), etc...
- ◆ Aide d'Urgence du Val de Marne, Villeneuve le Roi (94)
- ◆ ALTÉRITÉ : PMSAA, Juvisy sur Orge (91) – Le Mascaret, Tigery (91)
- ◆ APAJH 44, Nantes (44)
- ◆ APF France Handicap, Metz (57)
- ◆ APEI: « Les Lampes », Meudon (92) - Gournay en Brie (76) - Denain (01) - Avenir APEI, Carrières sur Seine (78), Conflans Ste Honorine (78)
- ◆ Armée du Salut : CHRS Henri Dunand, Louviers (27)
- ◆ Associations : ABEJ Coquerel (SAED), Ris Orangis (91) - ACSC, Paris (75) - ADARS, Beauvais (60) – ALEFPA, Lille (59) - Altéralia, Aubervilliers (93) - Anaïs, St Ouen l'Aumône (95) - ANRS, Paris (75) - Arapej 91, Draveil (91) - Association Blésoise Jeunesse et Logement, Blois (41) - Fernand Prévost, Versailles (78) – Cap' Devant, La Celle st Cloud (78) - CILIOHPAJ, Agen (47) - EINA, Noisy le Sec (93) - Habitat Insertion, Bruay-la-Bussière (62) – LADAPT, Monéteau (89) - La Mie de Pain, Paris (75) - La Nouvelle Forge, Beauvais (60) - L'oasis 72, Le Mans (72) - La Rose des Vents, Meaux (77) - Le Moulin Vert , Saintry (91) - Le PACT, Valenciennes (59) - Les Compagnons du Marais, Creil (60) - Les Jours Heureux, Nanterre (92) - Logement Jeune 93, Aubervilliers (93) - Marja 92, Colombes (92) - Olga Spitzer, Nanterre (92) - Passerelles, La Roche/Yon (85) - Sauvegarde-56, Lorient (56) - UDAUS 80, Amiens (80), etc...
- ◆ CART, Châtellerauld (86)
- ◆ C.C.A.S. Clairefontaine, Étampes (91), C.C.A.S. Lisieux (14)
- ◆ Centre Beaugard, La Glacière (50)
- ◆ Centres d'Hébergement : AJAR, Valenciennes (59) – Centre Samuel, Foussac (16) - Les Ajoncs, Brest (29), etc...
- ◆ Centres Éducatifs Fermés : Le Hameau, Autun (71) – Forêt d'Orient, Lusigny sur Barse (10)
- ◆ Centre Français de Protection de l'Enfance, Le Kremlin Bicêtre (94)
- ◆ Centres Maternels : « Le Tilleul », La Garenne Colombes (92) - Saint Raphaël, Antony (92)
- ◆ COD.A.L.I., Paris (75) - Centre Albert Camus, Massy (91) – IES Gatnot, Montgeron (91)
- ◆ Collectif Ivry SDF, Ivry/Seine (94)
- ◆ Comité Parisien ACJSF, Paris (75)
- ◆ Croix Rouge Française, Limeil Brévannes (94), Kremlin Bicêtre (94)
- ◆ EDPAMS, Belleville sur Bar (08)
- ◆ EPCNPH, Niort (79)
- ◆ Établissement Départemental Enfance et Famille, St Quentin (02)
- ◆ Fondations : Bon Sauveur, Picauville (50) - Rothschild, Nogent sur Marne (94) – Serge Dassault, Corbeil-Essonnes (91) – Cognac-Jay, Montereau (77) – Diaconesses de Reuilly, Villers-Cotterêts (02) - Lucy-Lebon, Chaumont (52)
- ◆ Foyer APF : Bernard Palissy, Joinville-le-Pont (94) - Bois de Bléville, Le Havre (76) - Pierre Floucault, Meaux (77)
- ◆ Foyers d'accueil : Michelle Darty, Boulogne-Billancourt (92) - CLJT, Paris (75) - Charles Péguy, Arras (62) - François Constant, Libourne (33) - Jeune Cordée, Paris (75) - Matter, Paris (75) - Navarre, Évreux (27) - Ozanam, Bordeaux (33) – Althéa, Alençon (61) - Agecet, Gagny (93) - AFJ, Paris (75)
- ◆ Foyers départementaux de l'Enfance : Amiens (80) - Auxerre (89) - Bobigny (93) - Meaux (60), Saint Lô (50)
- ◆ Foyer d'Accueil Médicalisé Falret, Draveil (91), Foyer C. Claudel « La Thébaïde », Villepreux (78)
- ◆ Groupe Ephèse, Liesse-Notre-Dame (02)
- ◆ Hôtel Social « St Benoît Labre », Poissy (78)
- ◆ IEM : APF « François-Xavier Falala », Hérouville St Clair (76) - « Le Petit Tremblay », Corbeil-Essonnes (91)
- ◆ IME : Avenir APEI - Alphée, Guyancourt (78) – Beaulieu, Le Pian Médoc (33) - IME Brunehaut, Vouël (02) – Excelsior, Le Rainy (93)
- ◆ IMT, Neufchâteau (88)
- ◆ ITEP: Idéphi, Canteleu (76) - Niort (79) – ITEP de Guron (86) – Moissons Nouvelles, Nantes (44)
- ◆ Les Amis de l'Atelier, Vitry sur Seine (94)
- ◆ Les Papillons Blancs de l'Eure (27), Papillons Blancs de Reims (51)
- ◆ MADEP, Nevers (58)
- ◆ Marja 92, Colombes (92)
- ◆ MAS : Dozulé (14) – J-P Boudet, Noiseau (94)
- ◆ MECS : Logis St-François, Thiétreville (76) - Beaucerf, St Léonard (62) - La Tiffardière, Niort (79) – Foyer de l'Enfance, St Maixent (79) – Georges Lapierre, Meximieux (01) – Maison de Carcé, Bruz (35)
- ◆ Œuvre de Secours aux Enfants : Maison d'Enfants de Laversine, St Maximin (60) – CAJ Robert Job, Paris (75)
- ◆ Œuvre Falret, Fontenay-le-Fleury (78)
- ◆ Œuvre Hospitalière de Nuit, Rouen (76)
- ◆ SEISAAM, Clermont sur Argonne (55)
- ◆ Service Social Breton, Paris (75)
- ◆ SOS Villages d'Enfants, Plaisir (78)
- ◆ Etc....