

• COLEEN FORMATION • PROGRAMME

# Accompagner les équipes et les managers

Face aux situations d'épuisement professionnel, managers et équipes se retrouvent souvent démunis. Cette formation outille les référents QVCT et les acteurs RH pour accompagner ceux qui sont en première ligne : soutenir les managers dans leur rôle de vigilance et d'orientation, aider les équipes à traverser les périodes difficiles, faciliter les retours après un arrêt et faire vivre une culture de soutien dans la durée.



## Public & prérequis

### PROFIL DU PUBLIC

Référents QVCT, professionnels RH, encadrants et cadres supérieurs, préventeurs, chargés de mission bien-être au travail, professionnels de santé au travail, personnes en reconversion.

### PRÉREQUIS

Aucun prérequis pour cette formation.

### FINANCEMENT

Non éligible CPF ; accompagnement possible via France Travail ou un OPCO selon votre situation — faisons le point ensemble.

## Organisation

**1-4 pers.**

7h · 1 journée

**5-10 pers.**

14h · 2 journées

**9h-17h**

dont 1h de pause

**Présentiel**

dans nos locaux d'Ollioules

**Tarif :** net de taxe, TVA non applicable. Prix inter : 400,00 € / personne. Prix intra : nous consulter.

**Sur mesure :** cette thématique vous intéresse ? Concevons ensemble votre formation sur mesure — repas non compris, frais d'organisation inclus.

### ACCESSIBILITÉ (PSH)

Les locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et pour les personnes en situation de handicap moteur. Lorsque l'accès aux locaux n'est pas envisageable, une solution en modalité entièrement à distance peut être proposée, étudiée en accord avec vous.

- Pour tout autre situation de handicap (cognitif, psychologique, moteur, sensoriel...), de nécessité d'ajustement à l'accès matériel ou pédagogique pour suivre cette formation, exprimez-nous vos besoins spécifiques, nous chercherons pour vous la meilleure adaptation possible (moyens humains, matériels, techniques, et/ou pédagogiques).
- Nous disposons également d'un réseau de partenaires du champ du handicap pour renforcer notre accompagnement en cas de moyens à mobiliser (traducteur LDS, troubles dys...). Merci de nous prévenir au moins 3 semaines avant le lancement de la prestation.

Référente handicap : [julie.requet@coleengroup.fr](mailto:julie.requet@coleengroup.fr) · 07 61 70 78 98

## Cadre légal & délais d'accès

Action de formation continue (art. L.6313-1 du Code du travail) ; règles de déontologie et de confidentialité respectées pour les échanges individuels avec les stagiaires.

Délai d'accès de 14 jours calendaires minimum à compter de la conclusion du contrat. Inscription ouverte toute l'année. Rythme possible : en journée, en semaine ou le week-end.

PSH : prévoir au moins 3 semaines avant l'entrée en formation si des aménagements sont nécessaires.

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :

- Identifier le rôle du manager face à l'épuisement et savoir l'outiller sans se substituer à lui.
- Accompagner les équipes en difficulté : soutien collectif, régulation, communication.
- Préparer et accompagner les retours après un arrêt pour raison psychique.
- Faire vivre une culture de soutien et de dialogue dans la durée.

## Contenu de la formation

### JOURNÉE 1

- 01•** Accueil et présentation — enjeux de l'accompagnement des équipes et des managers face à l'épuisement.
- 02•** Le rôle du manager — vigilance, écoute, orientation ; limites du rôle et articulation avec les RH et la médecine du travail.
- 03•** Accompagner un collectif fragilisé — soutien de groupe, régulation, communication en situation sensible.

### JOURNÉE 2

- Passer de l'accompagnement ponctuel à la mise en place d'une culture de soutien dans la durée.
- 04•** Le retour après un arrêt — préparation, entretien de retour, aménagements, suivi et prévention des rechutes.
- 05•** Culture de soutien dans la durée — rituels d'équipe, espaces de parole, formation continue des managers.
- 06•** Évaluation des connaissances théoriques et pratiques.
- 07•** Validation des acquis.

## Moyens pédagogiques & techniques

### MÉTHODES MOBILISÉES

Livret de formation · alternance d'apports théoriques et de mises en situation · nombreux exemples illustrés et interactifs · exercices · vidéos · jeux de rôle.

### OUTILS D'INTERVENTION

Documents supports projetés · exposés théoriques · remise de documents supports à la suite de la formation.

**Matériel requis :** Une salle de formation équipée d'un système de projection (ordinateur, vidéoprojecteur ou écran, avec diffusion du son).

## *Suivi de l'exécution & évaluation des résultats*

Auto-évaluation des stagiaires en cours de formation (questions orales de la formatrice) · mises en situation et évaluation par la formatrice · attestations de présence nominatives signées par demi-journée · questionnaire « à chaud » en fin de formation portant sur l'atteinte des objectifs, la qualité de la formation et l'intervenante. À l'issue, le bénéficiaire reçoit une attestation de formation ou un certificat de réalisation.

## *Encadrement pédagogique*

La formation est assurée principalement par Julie Requet, référente du domaine. Coleen garantit que l'intervenante dispose des compétences nécessaires pour assurer l'accompagnement et l'assistance pédagogique et technique tout au long du parcours, et s'engage à répondre dans un délai de 24h aux questions posées.

### RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE & RÉFÉRENTE HANDICAP

**Julie Requet**

Fondatrice & dirigeante de Coleen — Formatrice

**[julie.requet@coleengroup.fr](mailto:julie.requet@coleengroup.fr)**

**07 61 70 78 98**

**RGPD :** la politique de traitement des données des bénéficiaires dans le cadre de leur prestation de formation est consultable sur le site de Coleen.

## *Contact & modalités d'inscription*

Toute demande de prestation fait l'objet d'une proposition tarifaire, à valider avant toute signature du contrat ou convention de formation. En cas de financement par votre OPCO ou l'ANFH, une convention tripartite est signée.

Nous sommes à votre disposition pour vous renseigner sur les possibilités d'abondement et vous aider dans le montage administratif.

**Renseignements & inscriptions :** 07 61 70 78 98 [julie.requet@coleengroup.fr](mailto:julie.requet@coleengroup.fr)

**<https://coleengroup.fr>**

*Disponible de 9h à 18h du lundi au vendredi (samedi 9h–12h).*