

# Convention de formation professionnelle

Entre Mickaële ELOY, ci-après nommée la formatrice, domiciliée 5 Le Parc des Ormes à Yvetot

Et le Service Départemental d'Incendie et de Secours 76 de Seine-Maritime, ci-après nommé le bénéficiaire, situé 6, rue du Verger, à Yvetot, représenté par Monsieur André GAUTIER, Président

Est conclue la convention suivante, en application des dispositions du livre IX du Code du travail portant sur l'organisation de la formation professionnelle continue.

## 1. OBJET, NATURE ET DURÉE DE LA FORMATION

La formatrice organisera l'action de formation suivante :

### **Découverte des Techniques d'Optimisation du Potentiel ©**

L'action de formation entre dans la catégorie n°2 prévue à l'article L.6313-1 du Code du travail, à savoir les actions d'adaptation et de développement des compétences des employés.

L'objectif de la formation est de permettre au participant d'intégrer certains des outils TOP© dans sa vie quotidienne, professionnelle et personnelle, pour faciliter l'expression de ses potentialités et s'adapter aux situations nouvelles, complexes ou stressantes.

La formation est organisée sur une durée globale de 12 heures réparties en 12 sessions d'une heure. Elle sera complétée d'une part par des pratiques individuelles des stagiaires en inter-séquence, de manière autonome et asynchrone, et d'autre part par une masterclass de 2 heures dans les six mois suivant la fin de formation. La formation se tiendra, sauf mention contraire, dans les locaux du SDIS 76, 6 rue du verger à Yvetot.

Le programme détaillé de l'action de formation figure en annexe de la présente convention.

L'effectif global de la session sera compris entre 6 et 10 participants, tous volontaires pour participer à cette action de formation.

## 2. ENGAGEMENT DE PARTICIPATION

Dans le cadre de cette intervention, la formatrice formera les stagiaires dont la liste est donnée en annexe de la présente convention.

Le bénéficiaire s'engage à assurer la présence des participants aux dates, heures et lieux prévus dans le programme de formation.

# Convention de formation professionnelle

## **3. PRIX DE LA FORMATION**

Compte-tenu du statut de praticien non encore diplômé de la formatrice, et exclusivement pour la présente session, le coût de la formation est nul.

## **4. MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

Durant cette formation, les moyens pédagogiques mis en œuvre seront les suivants :

- exposés théoriques,
- documents sous forme informatisée,
- jeux de rôles,
- entraînement et mises en situation,
- études de cas.

Le bénéficiaire mettra à disposition de la formatrice une salle d'une dimension suffisante pour accueillir l'ensemble des stagiaires, disposant des outils pédagogiques suivants : paperboard, tableau blanc et vidéo-projecteur.

## **5. MOYENS PERMETTANT D'APPRÉCIER LES RÉSULTATS DE L'ACTION**

Les acquis des participants sont évalués à l'aide de quiz, de mises en situation et de travaux pratiques.

La formation sera sanctionnée par une attestation de fin de formation.

## **6. MOYENS PERMETTANT DE SUIVRE L'EXÉCUTION DE L'ACTION**

La formatrice fait signer aux stagiaires des feuilles de présence par session de formation. Ces documents justifient de la réalisation de l'action.

## **7. DURÉE DE LA CONVENTION**

La présente convention prend effet à compter de sa date de signature par l'entreprise et restera en vigueur pendant toute la durée de l'action de formation indiquée à l'article 1.

Fait à Yvetot, le .../.../... en deux exemplaires

Mickaële ELOY

Pour le SDIS 76

# Convention de formation professionnelle



## ANNEXE 1 : PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables d'intégrer certains outils TOP dans sa vie quotidienne, notamment professionnelle, afin de s'adapter aux situations nouvelles et complexes et de faire face à leurs potentiels stressés.

Objectifs pédagogiques :

- connaître les piliers de la méthode TOP,
- comprendre les mécanismes du stress et leur impact sur le fonctionnement psychophysiologique
- intégrer et pratiquer les outils TOP pour réguler son niveau d'activation (phase active, phase de récupération)
- construire sa boîte à outils TOP personnalisée

Programme :

- 4 modules de formation en présentiel réparties sur 6 à 12 semaines,
- 1 module de tutorat d'une heure, individualisé.
- 1 module d'entraînement personnel consigné dans un carnet d'entraînement, débriefé de manière individualisé,
- 1 masterclass de 2 heures en collectif dans les six mois qui suivent la fin de formation.

Module 1 (1 séquence) :

Rappel de la démarche TOP, de ses origines à la mise en place pratique, point sur les bénéfices et les contre-indications de la méthode. Introduction de la météo PACE.

Module 2 (4 séquences) :

Les piliers TOP et leur utilisation

- respirations,
- relaxations,
- imagerie mentale,
- dialogue interne

# Convention de formation professionnelle



Module 3 (1 séquence) :

Focus sur le stress, le sommeil, la motivation

Module 4 (6 séquences)

Présentation des différentes techniques pouvant être utilisées au sein des services d'urgence

- Projection mentale de la réussite
- Répétition mentale
- Pré-activation mentale
- Dynamisation et reprise psychophysiologique
- Renforcement positif

Module de tutorat

Les stagiaires bénéficieront d'un accompagnement personnalisé pendant ou après la formation, en présentiel.

Entraînement personnel

L'entraînement est un des fondamentaux de la méthode TOP. Il sera consigné dans le Carnet de suivi, remis en début de formation. Un débriefing pourra être fait avec la formatrice en fonction des souhaits des participants.

Masterclass

Un dernier module sera proposé dans les six mois qui suivent la formation afin de répondre aux questions que pourraient se poser les apprenant et, de faire un point sur leurs pratiques.

# Convention de formation professionnelle



## ANNEXE 2 : LISTE DES STAGIAIRES à définir

Nom	Prénom	Fonction

Projet

# Convention de formation professionnelle

## ANNEXE 3 : PLANNING DE FORMATION

Les modules se tiendront les mardis soirs de 17h30 à 18h30 à partir du 16 août 2022 jusqu'au 08 novembre 2022 (le 1<sup>er</sup> novembre étant férié).

Projet