



Gestion du temps et maîtrise du stress



Prendre conscience de sa relation au temps

Connaître les différents types de comportements,
Comprendre la notion de cadence personnelle,
Connaître ses rythmes et besoins



Créer un temps de qualité

Identifier 4 failles de la gestion du temps
Fixer les objectifs,
Identifier priorités et urgences
Déjouer les pièges de la pression



Travailler collectivement

Temps personnel/ temps collectif
Optimiser son temps grâce à la Polyvalence,
Poser ses propres limites
Eduquer le collectif



Accéder à des ressources positives

Affiner son rapport au temps par l'affirmation et la démonstrativité,
Générer de nouveaux comportements par l'adaptabilité et le choix,
Explorer l'interface temps dédié au management

2X7h

De 2 à 6 personnes

Manager commerciaux et dirigeants

Pas de prérequis

Intra ou Inter

1400 € H.T. /st



Méthodes pédagogiques

Les formations sont basées sur le partage d'expérience avec la méthode apport théorique, mise en pratique, retour théorique.

Nos formateurs suivent des formations régulières afin d'être toujours plus performants et agiles avec les outils pédagogiques.

Nos formations sont réalisées avec de petits groupes afin d'être plus réactifs sur vos besoins et afin de pouvoir s'adapter aux stagiaires et à leurs besoins.

Nos scénarios de formations peuvent prévoir des options différentes qui varieront en fonction des apprentissages et des besoins des stagiaires.

Nos formateurs ont à leur disposition des capsules, des mini modules qui permettent de réactiver les formations en cas de besoin.

Méthodes d'évaluation

Nos formations sont ponctuées d'évaluations continue sous forme de questionnaires, quizz, quizz en ligne ou autoévaluations...

Différents outils d'évaluation peuvent être utilisés jusqu'à acquisition des compétences.

Nos formations sont évaluées en fin de session par un questionnaire google forms ou par observation lors de cas pratique.

Une attestation d'évaluation d'atteinte des objectifs des compétences sera remise en fin de formation.

Un questionnaire de retour d'expérience sur la formation vous sera proposé en fin de formation en vue de valider votre satisfaction et de maintenir notre amélioration permanente.



Formateurs

Nos formateurs et formatrices sont sélectionné(e)s en fonction de leur expérience métier mais aussi en fonction de leur capacité à savoir transmettre.

Ils s'engagent en signant la charte du formateur Oxycom.

Plusieurs réunions permettant la supervision des formations ont lieu au cours de l'année.

Afin de toujours s'améliorer, ils s'engagent à suivre des formations régulières à minima une fois / an.



Pour les actions de formation



Nos mesures satisfaction

Un questionnaire de satisfaction et d'amélioration est adressé à tous nos stagiaires sur les items suivants :

- ✓ Objectifs et Réponse à vos attentes
- ✓ Contenu, Explications et disponibilité du formateur
- ✓ Equilibre pratique / théorique Format
- ✓ Lieux, matériel, Horaires
- ✓ Sujets d'intérêt
- ✓ Possibilités d'amélioration

Nous mesurons ainsi la satisfaction de nos stagiaires à chaque fin de cycle.

En 2021 :

100% Retour des questionnaires de satisfaction

98,5% Satisfaction générale des stagiaires

Nous prenons le temps d'approfondir la satisfaction de nos clients commanditaires par un entretien personnalisé.

Mieux qu'un taux de satisfaction mesurable, nous travaillons avec 100 % de clients commanditaires sur un plan d'amélioration de méthode GASI.

Modalités

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, Patricia Gratas est à votre disposition pour réfléchir à la meilleure adaptation du lieu de formation, des supports, du matériel ou du déroulé pour vous recevoir dans les meilleures conditions. Patricia Gratas s'engage à contacter des personnes ressources pour élargir ses compétences à l'accueil des personnes en situation de handicap en cas de besoin. (MDPH, CRFH...)

Tarifs sur mesure

Les tarifs du catalogue sont donnés à titre indicatif et peuvent évoluer en fonction des besoins de la formation et du nombre de stagiaires.

N'hésitez pas à nous demander un devis, nous vous répondrons sous 3 jours maximum.

Selon votre besoin, nous pouvons aussi établir des formations sur mesure. Un rendez-vous diagnostic préalable à l'envoi d'un devis personnalisé nous permettra de cerner vos besoins en formation pour l'adapter à vos enjeux.

En 2020

24 jours de formation en entreprise

27 stagiaires en entreprise formés

Taux d'assiduité dans les entreprises : 100%

55 jours de formation en école de commerce

675 stagiaires étudiants formés

Taux d'assiduité dans les écoles : 98 %

En 2021

36 jours de formation en entreprise

37 stagiaires en entreprise formés

Taux d'assiduité dans les entreprises : 100%

74 jours de formation en école de commerce

967 stagiaires étudiants formés

Taux d'assiduité dans les écoles : 95 %



Nous contacter :

Patricia Gratas

Présidente fondatrice
Responsable des prestations de
formation

p.gratas@oxycom33.com

06 19 67 62 23

Michael Gimenez

Dirigeant fondateur
Responsable des prestations
externalisées

m.gimenez@oxycom33.com

06 61 45 23 56

Pour toute demande de devis, nous nous engageons à vous répondre dans un délai de 3 jours.

Pour accéder à nos formations, n'hésitez pas à nous demander un devis à p.gratas@oxycom33.com

Nos conditions de formations sont expliquées sur notre site internet www.oxycom33.com

www.oxycom33.com

41, rue de Lestaing

33290 Blanquefort

Siret: 829 456 094 000 12

APE 8299Z

N°Formateur 75 3311 885 33



Pour les actions de formation