



UNIVERS  CO

CATALOGUE DE FORMATIONS 2024

Qualiopi 
processus certifié
 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes:
Actions de formation

RCS CHALON S/SAONE 881 848 394 - SARL au capital de 20 000 €
/ N° Siret : 881848394 00014 - TVA intra : FR77 881848394
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 27710315271 auprès
du préfet de la région Bourgogne-Franche-Comté
Certificat Qualiopi n° 2605 OF Ind 0

Mis à jour Janvier 2024



A propos

Que faire de ma 2e partie de carrière ? J'aime mon métier, promouvoir la qualité de vie au travail (QVT), comment continuer ce métier et me lancer de nouveaux défis ? Voilà les questions que je me suis posée en 2016.

J'avais aussi envie de « retourner à l'école » : alors je me suis inscrite au CNAM pour suivre une formation de manager dans l'ESS (Économie Sociale et Solidaire) pour compléter ma formation d'ergonome. Pendant cet enseignement, j'ai mené un travail de recherche-action sur l'intercoopération basé sur des initiatives de la région Bourgogne-Franche-Comté.

C'est comme cela que l'idée de créer un espace de coworking a germé ! Parce que l'intercoopération est au cœur de ces espaces, imaginer un tel lieu où Qualité de vie au travail et coopération seraient les fils rouges s'inscrivait naturellement dans la continuité de ces étapes.

Ce projet est aussi à la croisée des mutations que notre société connaît tant sur le plan économique que social.

Il correspond aussi tout simplement à une envie d'animer dans un lieu ou dans mes formations des espaces d'échange et de développement de compétences.

Alors, après 17 années de conseils au sein du réseau Anact-Aract, cette convergence d'éléments m'ont fait dire : « c'est le bon moment ! »

Sylvie De Jesus



QVCT

- QUALITE DE VIE ET CONDITIONS DE TRAVAIL



ORGANISATION

- TÉLÉTRAVAIL
- CONDUITE DU CHANGEMENT
- ATTRACTIVITÉ

LES THÈMES POUR VOUS ACCOMPAGNER



PRÉVENTION

- STRESS / RPS
- USURE PROFESSIONNELLE
- TMS



GRH & MANAGEMENT

- RSE
- MANAGEMENT COOPÉRATIF
- MÉDIATION COLLECTIVE

Trois fondamentaux à la base de nos appuis

1

Je pars de vous et de votre situation

2

J'accorde une place importante aux échanges

3

J'apporte des repères et outils adaptés

NOS ATOUTS

DES PRESTATIONS SUR MESURE

Une adaptation des méthodes et outils à votre entreprise

PLUS DE 20 ANS D'EXPÉRIENCE DE CONSEILS

Dont 16 ans au sein du réseau Anact-Aract

MON EXPERTISE ...

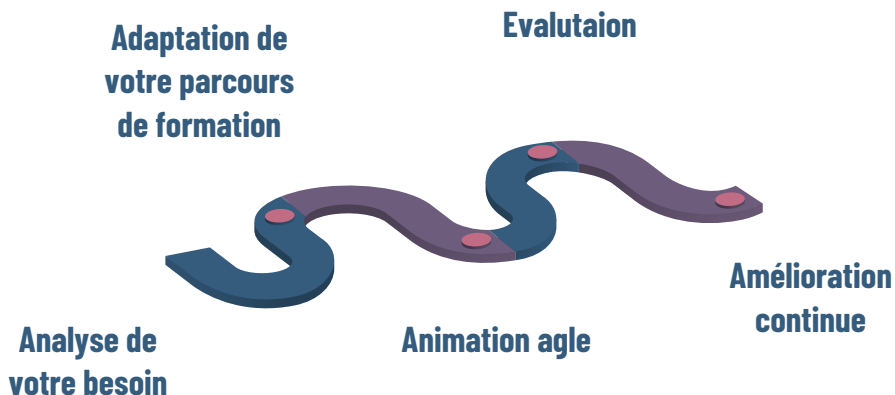
- Master en Ergonomie et gestion des risques professionnels
- Master de Manager d'organismes à vocation sociale et culturelle
- Habilitéé IPRP (Intervenante en Prévention des Risques Professionnels)
- Habilitéé AreSo (Médiation collective)

... A VOTRE SERVICE

Une expérience en conseils, conduite de projet et aussi conception d'outils méthodologiques et organisation d'événements.

J'interviens dans différents secteurs d'activité : Industrie, activité de services, de commerce, Fonction publique, TPE-PME et structures de l'ESS.

MA METHODE



Pour les personnes en situations de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Référente pédagogique,
administratif et handicap Univers CO

Sylvie De Jesus

s.dejesus@universco.fr - 06 61 13 25 87

www.universco.fr



CO



SOMMAIRE

01

Piloter une démarche Qualité de Vie et Conditions de Travail (QVCT)

02

Manager par objectifs et en mode participatif

03

Reconnaissance sens au travail

04

Manager en mode hybride et en télétravail

05

Prévenir les RPS, passons à l'action !

06

Mieux gérer son du temps

TARIFS

1 200 € net de taxes / jour
Frais de déplacement inclus
Frais de reproduction compris

01

Piloter une démarche Qualité de Vie et Conditions de Travail (QVCT)



Public

- Dirigeant
- Manager
- Responsable RH

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel et Distanciel

Durée

- 2 jours + 1 jour
- J1 et J2 : 2 jours
- J3 : 1 jour en distanciel ou 2 x ½ jour

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- Se mettre en action pour initier une expérimentation
- Prendre du recul et se nourrir de l'expérience des autres

Objectifs

- Identifier les enjeux liés à la Qualité de Vie et Conditions de Travail et ceux de la loi santé au travail
- Décrire les différents déterminants de la QVCT
- Identifier ses leviers internes pour démarrer ou améliorer sa démarche QVCT
- Planifier une démarche QVCT pérenne

Programme

- De la QVT à la QVCT : de quoi parle-t-on ? Pourquoi l'ajout du « C » avec la loi santé au travail (août 2021),
- Les différents déterminants de la QVCT
- Lier performance économique et sociale, les enjeux de la QVCT
- Méthodologie pour démarrer ou améliorer sa démarche QVCT,
- Auto-diagnostic pour faire le point de sa structure en matière de QVCT.
- Expérimentation : principes et repères
- Pérennisation de la démarche dans sa structure

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Mise en situation à partir d'un outil d'auto-diagnostic
- Expérimentation en intersession
- Échange en groupe à partir des situations des participants

À l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Piloter une démarche Qualité de Vie et Conditions de Travail (QVCT)

01

Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'auto-diagnostic
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription ou sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des activités d'activités suivantes : Activités de formation

Certificat n° 2605 OF Ind 0

02

Manager par objectifs et en mode participatif



Public

- Dirigeant
- Manager

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel ou Distanciel

Durée

- 1/2 jour

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- Des pratiques orientées action
- Une approche analyse du travail
- Prendre du recul et se nourrir de l'expérience des autres

Objectifs

- Décrire les défis de demain pour les managers
- Identifier comment concilier les besoins individuels et collectifs pour dynamiser son équipe et développer l'entraide
- Décrire le mode de management favorisant l'implication et la coopération

Programme

- Les nouveaux défis des managers : pourquoi manager autrement ?
- Repères sur le management à distance et par objectifs
- Modèle de compréhension du fonctionnement des individus au travail et leurs nouvelles attentes
- La conduite de changement
- Échange sur des situations concrètes des participants et sur les leviers d'action

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Safari photo pour analyser son mode de management
- Échange en groupe

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation

Manager par objectifs et en mode participatif

02



Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'auto-diagnostic
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités de formation suivantes :

Certificat n° 2605 OF Ind 0

03

Reconnaissance et sens au travail



Public

- Salarié.es, intermittent.es, cadres de structures culturelles, chef de projet

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel

Durée et horaires

- 9h30 à 13h00 et 14h à 17h30
- 7 heures

Dates

- 4 avril 2024

Lieu

- Les locaux de la Coursive, à Dijon

Les +

- Une approche analyse du travail
- Les échanges
- Une prise en compte de ce qui fait sens au travail

Objectifs

A l'issue de cette formation, vous serez capable de

- Connaître et identifier les leviers de la reconnaissance et du sens au travail
- Réaliser un autodiagnostic sur vos points forts et les points à améliorer en matière de reconnaissance
- Identifier vos pistes d'amélioration
- Construire du sens au travail en analysant les besoins de vos collaborateurs dans un contexte de changement

Programme

- Sur quoi porte la reconnaissance au travail : principes et leviers pour agir
- L'autodiagnostic sur la reconnaissance
- Les pistes pour améliorer la reconnaissance au travail
- Donner du sens au travail dans des contextes de changement : L'accompagnement au changement



Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Brainstorming et Intelligence collective
- Exercice sur sa propre activité de travail
- Échange à partir des situations des participants

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'analyse réflexive sur le REX
- Enquête d'évaluation de la formation

Tarifs net de taxe

- sur devis

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités de formation

04

Manager en mode hybride et en télétravail



Public

- Dirigeant
- Manager

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel ou Distanciel

Durée

- 3 demi-jours

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- Les échanges
- Les auto-diagnostics pour se positionner

Objectifs

- Identifier les nouveaux enjeux liés au télétravail, au travail hybride et au management à distance
- Définir les repères du management à distance et en mode de travail hybride
- Identifier les leviers pour améliorer le télétravail : gestion de l'activité, usage des outils de communication, maintenir des équipes motivées, conciliation vie privée/ vie professionnelle

Programme

Session 1 : Manager à distance

- Enjeux du télétravail et nouveaux défis du manager
- Repères sur le management à distance
- Organiser son activité en télétravail

Session 2 : Communiquer à distance

- Écueils de la communication à distance et conséquences
- Bonnes pratiques des outils de la communication à distance
- Technique et bonnes pratiques de communication (communication non violente et espaces de communication)

Session 3 : Stimuler ses équipes

- Relations professionnelles de qualité, conflit : de quoi parle-t-on ?
- Favoriser la cohésion d'équipe et la coopération
- Donner du sens et identifier de nouveaux leviers de reconnaissance

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Exercices pédagogiques
- Échange en groupe et retour d'expérience
- Échange sur les situations individuelles

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'auto-diagnostic
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités de formation suivantes :

Certificat n° 2605 OF Ind 0

05

Prévenir les RPS, passons à l'action !



Public

- Préventeurs
- Dirigeants
- Managers
- Responsable RH
- Membre du CSE

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel et Distanciel

Durée

- 2 jours + 1 jour
- J1 et J2 : 2 jours
- J3 : 1 jour en distanciel ou 2 x ½ jour

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- Une méthode orientée action et opérationnelle
- Des mises en situation
- Des expérimentations dans l'entreprise
- Les échanges

Objectifs

- Décrire les enjeux de la prévention des RPS et connaître différentes notions : risques psychosociaux, santé au travail, qualité de vie au travail et les resituer dans le contexte socio-économique et règlementaire
- Identifier les éléments de repère sur les risques-psychosociaux (mécanisme d'apparition, distinction causes-conséquences...)
- Identifier et analyser les RPS
- Reproduire la méthode d'analyse des RPS par la situation problème, centrée sur le travail
- Planifier les étapes de la démarche de prévention

Programme

- Des éléments d'explication de l'émergence des RPS : Principales évolutions du contexte socio-économique et des caractéristiques du travail
- Les RPS, notions utiles : définitions, mécanismes d'apparition des troubles psychosociaux et facteurs de risques, conséquences pour les individus, lien entre RPS et QVT
- La méthode d'analyse des RPS et le modèle d'analyse C2R et la méthode situation-problème, centrée sur le travail
- La démarche de prévention : conduite de projet, facteurs de réussite, étapes, et outils

Modalités pédagogiques

- Mise en situation à partir de cas pédagogiques
- Expérimentation en intersession
- Échange en groupe

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Prévenir les RPS, passons à l'action !

05

Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- les exercices de mise en situation
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



Certificat n° 2605 OF Ind 0

RCS CHALON S/SAONE 881 848 394 - SARL au capital de 20 000 € / N° Siret : 881848394 00014 - TVA intra : FR77 881848394
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 27710315271 auprès du préfet de la région Bourgogne-Franche-Comté

06

Mieux gérer son du temps



Public

- Tout public

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel ou Distanciel

Durée

- 1 jour

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- Une approche analyse du travail
- Les échanges
- Une prise en compte de ce qui fait sens et plaisir au travail

Objectifs

- Décrire le fonctionnement d'une personne en situation de travail : ce qui fait sens, ce qui procure du plaisir et quelles sont les mécanismes de régulation
- Questionner son activité de travail et la situer dans son organisation collective
- Interpréter sa charge de travail en fonction des priorités, des imprévus, des impératifs et de ce qui fait sens / plaisir au travail

Programme

- Quelques notions : Mécanisme de fonctionnement de l'individu au travail et ses attentes, les processus de régulations et les 3 dimensions de la charge de travail
- Description de l'activité de travail et analyse de son activité de travail selon des critères objectifs
- Trouver des améliorations pour mieux gérer son temps
- Bonnes pratiques et techniques pour mieux gérer son temps

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Exercice sur sa propre activité de travail
- Échange en groupe

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités de formation suivantes :

Certificat n° 2605 OF Ind 0

Bulletin d'inscription

Intitulé de la formation :

Organisme de formation : Univers CO

Formatrice : Sylvie De Jesus

Lieu :

Dates de la formation :

Entreprise (Le cas échéant)

Raison sociale :

Adresse complète :

N° Siret

Responsable de formation, signataire de la convention :

Mail et téléphone :

Formation réalisée dans le cadre du plan de formation

Formation réalisée avec une demande de prise en charge par l'OPCO

Participant

Prénom et Nom :

Fonction :

Statut :

Adresse complète :

Mail et téléphone :

Si votre situation nécessite un accompagnement ou des adaptations particulières, je vous invite à me contacter

directement : s.dejesus@universco.fr

Signature de l'entreprise

Signature du participant

23 rue de la Verrerie
71200 LE CREUSOT
06 61 13 25 87
s.dejesus@universco.fr
www.universco.fr

Créatrice et animatrice d'un espace de coworking UNIVERS CO

Consultante organisation, ergonomie et Qualité de Vie au Travail

Domaines de compétences

Conseil et accompagnement en entreprises : analyse de la demande, diagnostic et l'élaboration d'un plan d'action.

Pilotage et conduite de projets auprès de différents partenaires : conception, mise en œuvre et gestion de conventions

- conduite d'actions collectives avec des entreprises,
- animation d'actions partenariales (institutionnels, partenaires sociaux, branches professionnelles, OPCO,...),
- réalisation d'études et de bilans de dispositif

Formations : Ingénierie pédagogique et animation.

Organisation de manifestations : colloques, séminaires et réunions d'information.

Relations partenariales : veille et développement des partenariats.

Conception et diffusion d'outils méthodologiques et de communication.

Thématiques

- Qualité de vie au travail
- Prévention des risques professionnels : évaluation des risques professionnels, risques psychosociaux, TMS et usure professionnelle.
- Organisation et accompagnement de changements
- Gestion des Ressources Humaines : reconnaissance, attractivité
- Appui aux relations sociales

Parcours professionnels

Depuis mars 2020	Gérante d'UNIVERS CO
03-2004 à 01-2020	Chargée de mission – ARACT Bourgogne-Franche-Comté (Association pour l'Amélioration des Conditions de Travail), Dijon et Besançon
09-2004 à 07-2012	Formatrice vacataire occasionnelle – Universités de Dijon, de Clermont-Ferrand, ESC Dijon et Anact (Masters RH, contrôle de gestion, DU Gestion des Risques Psychosociaux, formation catalogue externe Réseau Anact-Aract)
09-2003 à 07-2006	Consultante en ergonomie - Portage salarial JPAD Conseil, Dijon

12-2002 à 07-2003 02- Animatrice sécurité - Régilait, Mâcon

2002 à 07-2002 Chef de projet prévention des TMS (Stage de 6 mois) - Parvex, Dijon

Formations et habilitations

Formations initiales et diplômantes

- Niveau I, Manager d'organismes à vocation sociale et culturelle - CNAM de Bourgogne-Franche-Comté (2019)
- DESS d'ergonomie et gestion des risques professionnels - Université de Bourgogne (2002)

Habilitation et autres référencements

- Intervenante facilitatrice AreSo (Médiation collective)
- Habilitation IPRP (Intervenant en Prévention des Risques Professionnels)

Formation continue (Réseau Anact-Aract)

- Méthodologique : Diagnostic court et accompagnement en entreprise, Tiers Intervenant et appui aux relations sociales, Formation de formateurs, Conduite de projet.
- Thématique : Qualité de vie au travail, Economie de la fonctionnalité, Prévention (TMS, RPS, risques professionnels), Analyse de la charge de travail, Management du travail, Rôle des instances représentatives du personnel.

Publications et production d'outils de transfert

Recherche-Action : L'intercoopération : Pratiques et conditions de réussite dans les Pôles Territoriaux de Coopération Economique. Des pistes pour améliorer son organisation 2019

A partir d'initiatives de la région Bourgogne-Franche-Comté :

- La coursive Boutaric (21) – Terrain principal
- Melting-Popote et Le pain sur la table (71) – Terrains secondaires
- Clus'ter Jura (39) – Terrain secondaire
-

Quelques documents produits au sein du réseau Anact-Aract

- Plaquette d'information : QVT, de quoi parle-t-on ? 2019
- Co-construction avec des membres du Plan Régional Santé au Travail n°3

- Adomiprev : Prévention des risques professionnels dans le secteur du service à la personne.
www.adomiprev.fr

2018 - 2019

Un site internet pour retrouver facilement les ressources de prévention des risques professionnels pour les acteurs du domicile et l'accès à une plateforme numérique d'échange de pratique

- Guide méthodologiques pour favoriser l'attractivité dans la filière alimentaire
Dans le cadre de la charte Alimentaire 2018

- Guide méthodologique « Questions à se poser pour intégrer le facteur humain dans un projet d'investissement » / Filière alimentaire
Dans le cadre de la charte Alimentaire 2016

- Qui fait quoi : Offre régionale aux entreprises sur la prévention des TMS et des RPS des acteurs de la santé au travail 2013

Dans le cadre du Plan Régional Santé au Travail n°2

CONSEILS

COWORKING

COLLABORATION

Univers CO

23 rue de la Verrerie 71200 LE CREUSOT

06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

RCS CHALON S/SAONE 881 848 394 - SARL au capital de 20 000 € / N°
Siret : 881848394 00014 - TVA intra : FR77 881848394

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 27710315271 auprès du
préfet de la région Bourgogne-Franche-Comté

Mis à jour janvier 2023



Certificat n° 2605 OF Ind 0

Mieux gérer son du temps



Public

- Codir , société Transdev BFC EST

Pré-requis

- Pas de pré-requis

Format

- Présentiel

Durée

- 1 jour

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- A définir

Les +

- Une approche analyse du travail
- Les échanges
- Une prise en compte de ce qui fait sens et plaisir au travail

Objectifs

- Décrire le fonctionnement d'une personne en situation de travail : ce qui fait sens, ce qui procure du plaisir et quelles sont les mécanismes de régulation
- Questionner son activité de travail et la situer dans son organisation collective
- Interpréter sa charge de travail en fonction des priorités, des imprévus, des impératifs et de ce qui fait sens / plaisir au travail

Programme

- Comprendre notre fonctionnement au travail et partager des notions : Mécanisme de fonctionnement de l'individu au travail, régulations, sens au travail, source de plaisir, charge de travail
- Questionner son activité de travail et la situer dans son organisation collective
- Analyser sa charge de travail en fonction des priorités, des imprévus, des impératifs et de ce qui fait sens au travail
- Astuces et techniques pour mieux gérer son temps

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- Exercice sur sa propre activité de travail en la situant dans l'organisation de l'entreprise
- Mis en pratique avec un exercice d'organisation de son activité à venir (temporalité à définir avec l'entreprise)
- Échange en groupe

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Mieux gérer son du temps

Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le quizz avant et après la formation
- l'analyse réflexive sur le REX

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



REPUBLICQUE FRANCAISE

La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités d'activités suivantes : Activités de formation

Certificat n° 2605 OF Ind 0

OX

XXXXXXXXXX



Public

- XXXXX

Groupe maxi de 12 pers.

Pré-requis

- XXXXX

Format

- Présentiel et Distanciel

Durée

- XXXX
-

Dates et horaires

- A définir

Lieu

- Univers CO (Locaux avec accès PMR) ou dans l'entreprise

Les +

- XXXX
- X

Objectifs

- XXXX

Programme

- XXXXX
-

Modalités pédagogiques

- Alternance d'apport théorique, de méthode et d'outils
- XXXX
- XXXX
- Échange en groupe à partir des situations des participants

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation



Référent pédagogique, administratif et handicap

- Sylvie De Jesus
- 06 61 13 25 87 - s.dejesus@universco.fr

Pour les personnes en situation de handicap, nous vous incitions à nous contacter pour étudier les possibilités de suivi de la formation.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des connaissances et compétences acquises au cours de la formation se fait à travers

- le test avant et après la formation
- xxxx
- xxxxx

Enquête d'évaluation de la formation

A l'issue du module seront transmis par mail, les supports de formation, attestation de fin de formation.

Modalités d'accès

- Préinscription : à partir du bulletin d'inscription ou sur www.universco.fr/nos-prestations-conseil/
- Inscription définitive à réception de la convention signée
- Délai d'accès : La demande d'inscription doit se faire maximum 15 jours avant la formation.



Tarifs

- Voir le devis adressé

Contact

Univers CO,
23 rue de la verrerie
71200 Le Creusot

contact@universco.fr
06 61 13 25 87
www.universco.fr



REPUBLICQUE FRANÇAISE

La certification Qualiopi a été délivrée au titre de la ou des activités de formation suivantes :

Activité de formation

Certificat n° 2605 OF Ind 0