



## FORMATION

# Accompagner les femmes dans leurs parcours professionnels.

### **PUBLICS & PRE-REQUIS :**

Tous public même si la certification se destine plus particulièrement à des conseillères de gestion de carrière, à des professionnelles en ressources humaines et des managers impliquées dans le développement professionnel de leurs collaborateurs.

Aucun mais une première expérience professionnelle d'au moins deux ans est appréciée devant un auditoire

### **NIVEAU DE LA FORMATION :**

Le niveau n'est pas référencé dans le cadre de l'éducation nationale et du RNCP. Il s'agit d'une formation dans le cadre du 1° de L6313-1 du Code du Travail.

### **OBJECTIFS GENERAUX :**

- Booster la carrière professionnelle des femmes
- Gérer les nouveaux défis professionnels des femmes
- Développer l'impact en management et leadership des femmes
- Accompagner les femmes à gérer leur image et développer leur visibilité
- Équilibrer vie personnelle et réussite professionnelle
- Saisir des opportunités de changement

**MODALITES PEDAGOGIQUES :** En présentiel ou à distance – 4 journées espacées d'un mois permettant une mise en pratique

- Autodiagnostic
- Lectures et exercices entre les sessions à partir du guide de travail fourni
- Retours sur expérience, travaux en sous-groupes
- Echanges avec des invitées témoins qui partagent leurs expériences
- Création d'un réseau professionnel actif entre les participantes

### **MOYENS PEDAGOGIQUES :**

Matériel nécessaire en salle :

- Une salle dédiée à la formation-action ;
- Un vidéo projecteur avec branchement HDMI ;
- Deux paper-board ou un tableau blanc

## **PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION : « Accompagner les femmes dans leurs parcours professionnels ».**

### **J1 - Fixer des objectifs**

Matin :

- Partager les attentes par rapport au programme
- Identifier les ressources
- Découvrir l'impact des stéréotypes et leur influence sur les comportements

Après-midi :

- Clarifier des priorités et des objectifs.
- Enclencher une dynamique de changement

### **J2 - Révéler le potentiel de chacune**

Matin :

- Comprendre les mécanismes du changement.
- Activer les forces personnelles
- Clarifier les valeurs, véritable boussole interne

Après-midi :

- Identifier les croyances limitantes à l'œuvre
- Mettre en place des antidotes adaptées
- Gérer les émotions

### **J3 - Avancer avec assertivité**

Matin :

- Savoir s'affirmer sereinement en évitant passivité, manipulation, agressivité
- Développer une posture non verbale d'affirmation
- Dire non, recadrer, exprimer une critique

Après-midi :

- Développer une écoute active et une communication assertive
- Utiliser le DESC pour faire une demande

### **J4 - Prendre en main son avenir**

Matin :

- Découvrir l'importance des réseaux
- Prendre conscience de ses progrès
- Equilibrer vie professionnelle et vie personnelle

Après-midi :

- Promouvoir et bien gérer une image positive de soi
- Préparer une évolution professionnelle



Formatrices dédiées au programme : Véronique Legoubé, Valérie Legoubé, Corinne Lécot, Nathalie Audigé, Camille Lamouille

Durée de la formation : 4 jours

Horaires de la formation : 9h -12 h / 14h-17 h

Lieu de la formation : Elveor -23 Avenue Doyen Louis Weil- 38 000 Grenoble

Livrables remis à la fin de la formation : Support de formation et attestation de suivi de formation.