



# PLAN DE COURS NAVIGUER DANS LE CHANGEMENT



## DESCRIPTION DETAILLÉE DES FORMATIONS

- Formation virtuelle | 2 heures
- Clientèles : gestionnaires, professionnels, employés (pour tous)

**Objectif général** : s'outiller pour conserver son efficacité en période de changement

### FORMAT ET DURÉE

par module de formation

- virtuel : 2 heures (sans pause)

#### Naviguer dans le changement

- Prendre conscience du processus d'adhésion à un changement
- Reconnaître et gérer ses réactions émotionnelles
- S'outiller pour accroître sa capacité d'adaptation et celle de son équipe
- Mobiliser et influencer positivement quand tout est en mouvement

### PERSONNE PAR GROUPE

- idéalement : 1 à 12 personnes
- nous sommes flexibles à ce sujet
- 

### ANIMATION

Nos formations sont appréciées pour leur dynamisme et leur côté participatif. Elles sont axées sur des capsules (présentation d'outils), des discussions dirigées et des défis d'équipe.

Réalisées en utilisant l'ensemble des outils virtuels disponibles (incluant les sous-groupes), nos formations sont conçues pour que les participants soient constamment dans l'action.

Le dynamisme de nos ateliers est assuré par la variété des techniques d'animation utilisées : mise en situation, échange d'idées, visionnement de vidéos, démonstration « virtuelles », activité réflexive, autodiagnostic et mission d'équipe en sous-groupe (à distance).



[annie.boilard@reseau-annie.ca](mailto:annie.boilard@reseau-annie.ca)



[reseau-annie.ca](https://www.reseau-annie.ca)



514-795-9516