

# MANAGEMENT ET CO-DÉVELOPPEMENT / QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

## Objectifs visés

Améliorer sa posture managériale  
Favoriser l'engagement et le bien-être de ses collaborateurs  
Fédérer ses équipes  
Savoir gérer les relations en interne et à l'externe  
Gagner en efficacité professionnelle  
Savoir appréhender les situations de travail source de stress

INTITULÉ	DURÉE
<b>MANAGEMENT</b>	
<b>Les fondamentaux d'un management opérationnel</b>	2j
<b>Le management au quotidien</b> <i>Comment structurer son activité ?</i>	2j
<b>Manager avec assertivité et bienveillance</b> <i>Comment favoriser l'engagement et le bien-être de ses équipes ?</i>	15 et 16 mai 2025
<b>La conduite des entretiens d'évaluation</b>	14 octobre 2025
<b>Le manager et la prévention des risques psychosociaux</b> <i>Enjeu, repérage et solutions adaptées</i>	13 novembre 2025
<b>COMMUNICATION</b>	
<b>Optimiser l'accueil physique et téléphonique</b>	2j
<b>La communication constructive</b> <i>Un levier de réussite pour le travail d'équipe</i>	2j
<b>Faire face à l'agressivité</b> <i>De la compréhension à la régulation</i>	2j
<b>L'accueil d'un.e nouveau.elle salarié.e</b>	<b>NOUVEAU</b> 12 juin 2025
<b>Cohésion d'équipe</b>	En intra - Sur mesure
<b>QUALITE DE VIE AU TRAVAIL</b>	
<b>Bien-être au travail</b> <i>Les bonnes pratiques pour prendre soin de son équilibre dans les périodes sensibles</i>	<b>NOUVEAU</b> 7 et 23 mai 2025
<b>Stress et émotions au travail</b> <i>Comment aborder les situations de tension générées par le contexte professionnel ?</i>	<b>NOUVEAU</b> 19 et 20 juin 2025
<b>Optimiser sa gestion du temps</b> <i>Comment développer son efficacité professionnelle tout en gagnant en sérénité ?</i>	22 et 23 septembre 2025
<b>TUTORAT</b>	
<b>Devenir tuteur.ice</b> <i>De l'accueil à la transmission</i>	2 à 3j

\* Nous pouvons vous proposer des dates appropriées à vos besoins. Pour les personnes en situation de handicap, nous étudions les possibilités pour vous accueillir dans les meilleures conditions.



**HEGOA FORMATION**  
AU COEUR DE VOS TALENTS

35, Avenue Paul Pras - 64100 Bayonne  
Code APE : 85 59A - Siret : 880 535 448 00018 -  
N° TVA intracommunautaire : FR 21880535448  
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°75640468264

Contact :

Agnès ANETAS et Catherine FRENOT



06 73 54 23 91



contact@hegoa-formation.fr

hegoa-formation.fr