

Bilan d'orientation

Où et quand ?

A distance ou en présentiel

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre au mieux votre objectif grâce à un questionnement spécialement adapté pour l'orientation des jeunes.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse aux lycéens, étudiants, apprentis ou jeunes actifs désireux de travailler sur leur orientation ou souhaitant être accompagné pour parcoursup.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne certifiée.

Programme

Deux formules vous sont proposées afin de répondre au mieux à vos besoins :

FORMULE DECOUVERTE

Vous avez des difficultés à trouver une orientation ?
Pas ou trop d'idées ?

Vous êtes victime d'une erreur d'orientation ?

Cette formule vous éclairera. Elle vous apportera des perspectives nouvelles en concordance avec vos souhaits et vos intérêts.

Cette formule comprend :

- Un entretien de contractualisation
- Un test d'orientation
- L'analyse du test
- Deux entretiens d'analyse et de restitution des résultats
- Une synthèse d'une dizaine de page
- Un bilan téléphonique pour suivi

Tarif : 260€

Durée : 4h

FORMULE ACTION

Vous avez des difficultés pour passer à l'action question orientation ?

Cette formule vous boostera. En plus d'un bilan d'orientation, elle affine vos choix d'orientation et vous propose un travail collaboratif afin de mettre en place un plan d'action pour objectiver votre projet ou verbaliser vos souhaits pour compléter sereinement vos vœux sur parcoursup.

Cette formule comprend :

- Un entretien de contractualisation
- Un test d'orientation
- L'analyse du test
- Deux entretiens d'analyse et de restitution des résultats
- Une synthèse d'une dizaine de page
- Un entretien pour définir votre plan d'action
- Un bilan téléphonique pour suivi

Tarif : 390€

Durée : 6h

Bilan professionnel

Où et quand ?

A distance ou en présentiel

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre au mieux votre objectif grâce à un questionnement spécialement adapté pour l'orientation et la réorientation.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse de travailler sur son évolution professionnelle (évolution de poste, envie d'intégrer un nouveau secteur d'activité, exercer un nouveau métier, reprendre une formation...).

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne certifiée.

Programme

Trois formules vous sont proposées afin de répondre au mieux à vos besoins :

FORMULE DECOUVERTE

Vous avez des envies d'évolution professionnelle mais ne savez pas vers où vous diriger ou au contraire, vous souhaitez être conforté dans vos choix ?

Cette formule est faite pour vous. Elle vous permettra d'élargir vos possibles en analysant différents secteurs d'activités et métiers ou vous confortera dans vos esquisses de choix.

Cette formule comprend :

- Un entretien d'1h
- Deux entretiens 1h30
- Une synthèse d'une dizaine de pages
- Un bilan téléphonique pour suivi

Tarif : 325€

Durée : 5h

FORMULE EXPLORATION

Vous avez des difficultés pour passer à l'action question réorientation ?

Cette formule vous boostera. Grâce à différents outils, elle vous permet de faire un point sur votre parcours, d'identifier vos atouts, vos motivations et vos priorités.

Cette formule comprend :

- Un entretien d'1h30
- Une synthèse d'une dizaine de pages
- Un second entretien de 2h30
- Deux autres entretiens d'1h30
- Un bilan téléphonique pour suivi

Tarif : 455€

Durée : 7h

FORMULE COACHING

Vous avez des difficultés pour passer à l'action ? Vous souhaitez être accompagné(e) ?

Cette formule vous boostera. Après avoir clairement verbalisé votre objectif, le coach établira avec vous un plan d'action tenant compte de vos contraintes, vos atouts et votre environnement.

Cette formule comprend :

- Un premier entretien d'1h à 20€
- Puis 35€ à 60€ de l'heure (Nombre d'heures à définir en fonction de votre objectif : VAE, changement de poste ou reconversion professionnelle)

SUR DEVIS UNIQUEMENT

Coaching en développement professionnel

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre au mieux votre objectif grâce à divers outils de la psychologie positive et de l'intelligence émotionnelle.

Profil stagiaire(s)

Ce coaching s'adresse à toutes personnes désireuses d'optimiser ses compétences professionnelles dans le but d'atteindre ses objectifs.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition de son ou ses objectifs
- Coconstruire un programme personnalisé et détaillé en sous-objectif concret et réalisable

Le + de cette formule

- Evaluation de ses forces de caractères avec une analyse approfondie
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel
- Un tutorat adapté à votre agenda

Tarif :

55€ la séance de 2h

Durée :

20 heures environ

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.



Accompagnement en psychologie positive

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre au mieux votre objectif grâce aux outils de la psychologie positive.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse à toutes personnes désireuses de s'initier et d'utiliser les outils de la psychologie positive.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition des principes de la psychologie positive et de ses concepts
- Mieux de se connaître grâce au jeu des forces de caractère (outil d'évaluation de la psychologie positive)
- Coconstruire un programme personnalisé et détaillé en sous-objectif concret et réalisable

Le + de cette formule

- Evaluation de ses forces de caractères avec une analyse approfondie
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel
- Un tutorat adapté à votre agenda

Tarif :

55€ la séance de 2h

Durée :

20 heures environ

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.

LYR



Formation • Conférence • Édition • Accompagnement

Atteignons ensemble vos objectifs

Accompagnement dans la gestion des émotions

Objectifs

Cette formule innovante vous propose un accompagnement personnalisé afin d'atteindre une meilleure gestion de vos émotions grâce à divers outils de la psychologie positive et de l'intelligence émotionnelle.

Profil stagiaire(s)

Cet accompagnement s'adresse à toutes personnes désireuses d'atteindre une meilleure maîtrise de ses émotions au quotidien.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition de son ou ses objectifs
- Coconstruire un programme personnalisé et détaillé en sous-objectif concret et réalisable

Le + de cette formule

- Evaluation de ses caractéristiques émotionnelles
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel
- Un tutorat adapté à votre agenda

Tarif :

55€ la séance de 2h

Durée :

Nous contacter

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT
ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret :
85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région
NOUVELLE-AQUITAINE.



Les ateliers CARE (Cohérence-Attention-Relation-Engagement)

Objectifs

Cet atelier innovant mis au point par Christophe ANDRE, Jean-Paul DURANT, Ilios KOTSOU, Marine PAUCSIK et Rebecca SHANKLAND, vous propose d'appréhender les fondements de la psychologie positive et de la pleine conscience. Vous y découvrirez ainsi des compétences psychologiques de la psychologie positive permettant de développer sens et bien-être dans sa vie professionnelle ou personnelle et ses relations aux autres.

Profil stagiaire(s)

Cet atelier s'adresse à toutes personnes désireuses de s'initier aux fondements de la psychologie positive et de la méditation afin de maîtriser des outils afin d'atteindre un objectif personnel ou professionnel.

Pré-requis

Aucun.

Profil formateur

Cet atelier est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition des principes de la psychologie positive et de ses concepts
- Mieux de se connaître grâce au jeu des forces de caractère (outil d'évaluation de la psychologie positive)
- Découvrir la pleine conscience en étant dans l'ici et le maintenant
- Identifier ses valeurs professionnelles et personnelles et redonner du sens à son activité.
- Apprendre à prendre soin de soi et des autres dans la bienveillance et la gratitude
- Découvrir des compétences de la psychologie positive.

Le + de cette formule

- Evaluation de ses forces de caractères avec une analyse approfondie
- Outils variés et innovants en fonction des demandes du groupe
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel durant la formation
- Un tutorat adapté à votre agenda

Durée :
16 heures
(soit 8 séances de 2 heures)

Où et quand ?
A distance ou en présentiel

Nombre de participants :
6 à 8 personnes

Contact
06.10.04.13.95
claudine.levaldaur@gmail.com

Initiation à la psychologie positive

Objectifs

Cette formule innovante vous propose d'appréhender les fondements de la psychologie positive et découvrir quelques compétences psychologiques de la psychologie positive permettant de développer sens et bien-être dans sa vie professionnelle ou personnelle et ses relations aux autres.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse à toutes personnes désireuses de s'initier aux fondements de la psychologie positive.

Pré-requis

Un ordinateur et un accès à Internet.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition des principes de la psychologie positive et de ses concepts
- Mieux de se connaître grâce au jeu des forces de caractère (outil d'évaluation de la psychologie positive)
- Identifier ses valeurs professionnelles et personnelles et redonner du sens à son activité.
- Découvrir quelques compétences de la psychologie positive.

Le + de cette formule

- Evaluation de ses forces de caractères avec une analyse approfondie
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel post-formation
- Un tutorat adapté à votre agenda

Tarif : 350 €

Durée : 6 heures + 2 heures de mise en situation

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.



Initiation à la méditation

Objectifs

Cette formule innovante vous propose d'appréhender les fondements de la pleine conscience et découvrir par des mises en situation variées des concepts vous permettant de développer sens et bien-être dans sa vie professionnelle ou personnelle et ses relations aux autres.

Profil stagiaire(s)

Cette formation s'adresse à toutes personnes désireuses de s'initier aux fondements de la méditation ou pleine conscience.

Pré-requis

Aucun.

Profil formateur

Ce programme est animé par une praticienne en psychologie positive certifiée.

Programme

- Définition des principes de la méditation et de ses concepts
- Appréhender les enjeux de la pleine conscience
- Identifier les freins à la pleine conscience
- Découvrir quelques exercices de pleine conscience.

Le + de cette formule

- Découverte du concept de la mindfulness à travers des exercices variés
- Elaboration d'un plan d'action opérationnel post-formation
- Un tutorat adapté à votre agenda

Durée : 6 heures + 2 heures de mise en situation

Où et quand ?

A distance, à tout moment.

Contact

06.10.04.13.95

claudine.levaldaur@gmail.com

LYR Les yeux rieurs – LEVALDAUR CLAUDINE 23 rue Marcel Pajot 16440 ROULLET SAINT ESTEPHE – Port : 06 10 04 13 95 – Email : claudine.levaldaur@gmail.com – Siret : 85083120700012

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 7560103616 auprès de la préfète de région NOUVELLE-AQUITAINE.

