



QUALLISTA

L'Humain Acteur de l'Excellence

Catalogue de formations, coaching et séminaires

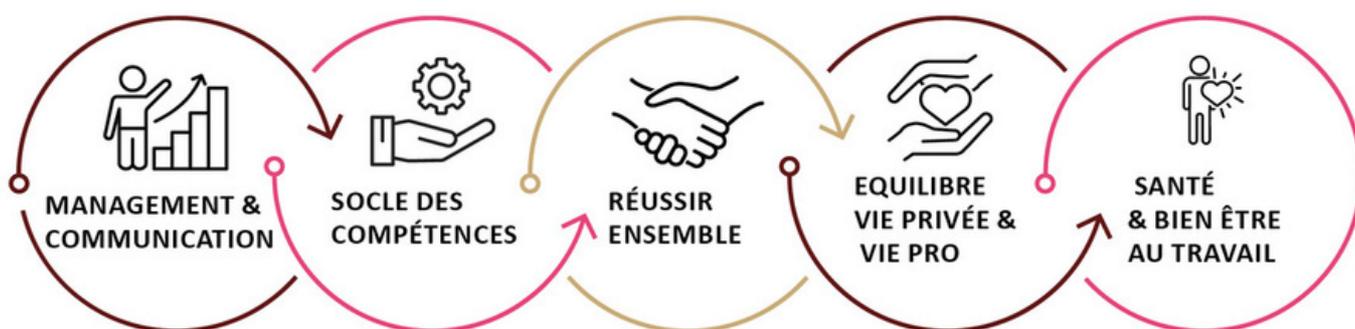
MISE À JOUR JANVIER 24

- NOS RÔLES ET MISSIONS -

La société QUALLISTA travaille sur le SAVOIR ETRE afin de faire conjuguer performance, bien-être et sérénité

*Nous pensons que l'HUMAIN est l' ACTEUR
fondamental de l'EXCELLENCE
et nous le plaçons ainsi au coeur de toutes nos formations.*

**5 PILIERS fondamentaux structurent l'ensemble de nos formations, séminaires et coaching.
Ils sont la clef de voute du parcours QUALLISTA,
de notre charte d'engagement et de notre label.**



- NOS PROPOSITIONS -

- **Un parcours complet pour une certification labellisée**
- **Des audits, formations, coaching, et séminaires**
- **Une préparation aux concours**
- **Un support pour le recrutement**



LE PARCOURS COMPLET QUALLISTA

- Audit et diagnostic préalable
- Accompagnement sur mesure
- 5 modules de formations
- Certification & labellisation
- Accès au réseau QUALLISTA

FORMATIONS COACHING SEMINAIRES A LA DEMANDE

- Identification des besoins précis
- 20 formations au choix
- Coaching et séminaire sur mesure
- Interventions d'experts

"DATADOCKÉES", MAIS QUE CELA SIGNIFIE ?

Datadock est une base de données unique sur la formation professionnelle sous l'angle de la qualité. Elle permet aux financeurs de la formation professionnelle réunis au sein du GIE D2OF de vérifier la conformité des organismes de formation vis-à-vis des 6 critères qualité définis par la Loi.



**Toutes nos formations peuvent être prises en charge par les OPCO référents aux branches
Nos bases de données sont conformes aux règles RGPD**

- NOS OUTILS ET MÉTHODES -

Les experts de la société QUALLISTA interviennent lors de formations : ils sont formateurs, coach professionnels, coach sportifs, ostéopathes, avocats, juristes, psychologues et spécialistes du monde des médias.

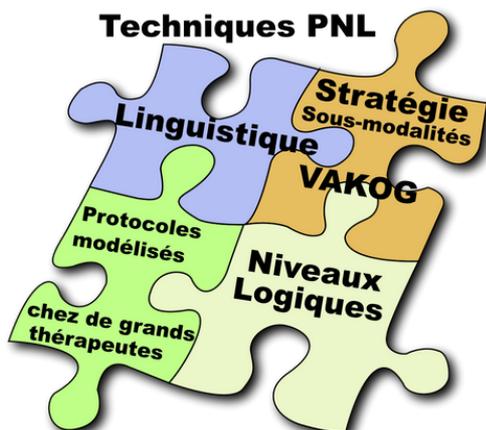
LA MÉTHODE TARGET



LE PROFIL DISC ET LES FORCES MOTRICES ET LE HVP



LA TECHNIQUE DE PNL



LES METHODES DE COACHING

LE COF / ENTRACE
Language du corps
Mimikresonanz



BERLIN PARIS ZÜRICH INNSBRÜCK

- LE PARCOURS QUALLISTA -

Le PARCOURS QUALLISTA propose des plans d'actions et des formations favorisant la qualité de vie au travail et en vue d'une LABELLISATION.

- Le diagnostic initial (ou Audit) consiste à faire ressortir **les forces et les points d'amélioration** en fonction de l'environnement économique, géographique démographique et social
- Les besoins de l'entreprise sont identifiés et évalués selon les **5 piliers** :
 - Le management
 - Les compétences
 - Réussir ensemble
 - L'équilibre vie privée et vie professionnelle
 - La santé et le bien être
- **L'entreprise est labellisée si le score est > 85% sur l'évaluation**
- **Des plans d'actions sont proposés lorsque le score est < 85 % :**
 - Formations selon les besoins identifiés
 - coaching spécifique et sur mesure
 - **Une nouvelle évaluation vient ensuite garantir la Labellisation de l'entreprise**

ÉTAPE 1

Mois M

DIAGNOSTIC INITIAL

- Intervention de QUALLISTA
- Constat de maturité
- Mise en place d'un plan d'actions

ÉTAPE 2

Mois M+3 à +6

AUTO-DIAGNOSTIC

- Auto-évaluation
- Analyse de Quallista
- Mise à jour du plan d'actions

ÉTAPE 3

Mois M+6 à +12

ÉVALUATION

- Intervention sur place
- Constat de maturité / Évaluation
- Labellisation si > 85 %
- Accès réseau Quallista

- LA CHARTE QUALLISTA -

**La Charte QUALLISTA, une exigence via :
5 modules, 45 engagements et 62 attendus**

*En fonction du profil, apprenants, professionnels,
chacun peut suivre un parcours de formation complet
avec pour objectif d'être certifié QUALLISTA.*

**Cette certification valide le partage de valeurs communes,
le respect d'une charte et l'excellence des pratiques
dans l'environnement de travail.**

**Le parcours QUALLISTA donne accès à un RÉSEAU PRIVÉ , créé
avec nos ambassadeurs, pour les professionnels, étudiants,
apprentis et centres de formation par le biais
de notre plateforme digitale unique.**



- LE LABEL QUALLISTA -

- 9 candidats sur 10 affirment que la réputation d'une entreprise joue un rôle important dans leur choix et ce indépendamment du niveau de salaire.
- En investissant dans sa marque employeur une entreprise peut réduire son turn-over de moins de 25%.

VOS MOTIVATIONS

Modèle
Carrière
Passion
Objectifs

VOS ATTENTES

Conditions de travail
Poste occupé
Management
Salaire / Organisation

LA RÉALITÉ DU TERRAIN

Contraintes
Turn - over
Devoirs
Charges

Grâce au Label, QUALLISTA apporte des solutions qui permettent à votre entreprise, votre école de capitaliser sur ses valeurs, son identité employeur en s'appuyant sur ses points forts.

Pour chaque salarié, apprenant, manager le Label QUALLISTA est la reconnaissance d'un savoir-être et d'un savoir-faire officiels, c'est une véritable valorisation de leur parcours professionnel.

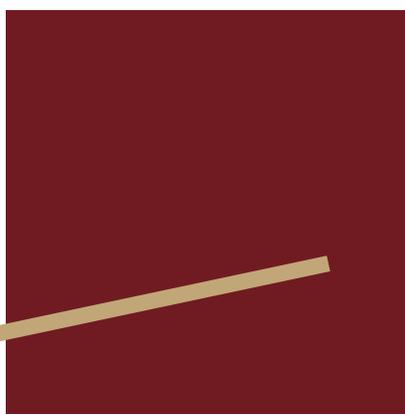
Chacun peut porter ainsi le Label comme une valeur ajoutée significative de leur expérience (CV....)



QUALLISTA

L'Humain Acteur de l'Excellence

LES FORMATIONS



- NOS 5 MODULES DE FORMATIONS -



- NOS 5 MODULES DE FORMATIONS -

1. Le Management

- Management des équipes
- Management individuels
- Epanouissement et équité

LES 6 FORMATIONS

- 1.1 Manager en couleurs, gérer l'intelligence collective
- 1.2 Mieux se connaître pour mieux communiquer
- 1.3 Savoir parler en public et conduire un pitch
- 1.4 Perfectionner ses pratiques managériales
- 1.5 Gérer et animer une équipe projet
- 1.6 Le MOS

2. Les Compétences

- La formation
- Les objectifs et l'évolution
- Exigence/dépassement de soi

LES 2 FORMATIONS

- 2.1 Bases pour réussir ses entretiens professionnels
- 2.2 Comment j'apprends quand j'apprends

3. Réussir Ensemble

- Reconnaissance & appartenance
- Esprit d'équipe
- Polyvalence

LES 6 FORMATIONS

- 3.1 Cohésion d'équipe et team building,
- 3.2 Anticiper et gérer les conflits au quotidien
- 3.3 L'égalité professionnelle femmes / hommes
- 3.4 Ecoute active : dialogue et confiance réciproque
- 3.5 Savoir s'adapter à son interlocuteur
- 3.6 Accueillir une personne en situation de handicap

4. Equilibre Pro/Privé

- Congés
- Respect de la vie privée
- Horaires de travail

LES 2 FORMATIONS

- 4.1 Gérer son temps et ses priorités
- 4.2 Médias et réseaux sociaux

5. Santé et Bien-être

- Comportement et respect
- Prévention des risques
- Qualité de vie

LES 4 FORMATIONS

- 5.1 Gérer énergie, concentration, et mémorisation
- 5.2 Maîtriser la gestion des émotions
- 5.3 Prévenir et faire face aux agissements inappropriés
- 5.4 Diagnostiquer et prévenir les risques psychosociaux

- MODULE 1/1 : MANAGEMENT -

Manager en couleurs, gérer l'intelligence collective

Le DISC est une analyse comportementale qui décrit comment un individu agit et la manière dont il s'adapte à son environnement. Il permet de développer **adaptabilité, flexibilité, d'optimiser la communication et le leadership.**

Le modèle des 4 couleurs aide à mieux comprendre sa zone de confort et d'inconfort, de prendre conscience de ses forces et ses faiblesses.

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Comprendre le **DISC et les forces motrices** et apprendre à les utiliser
- Comprendre **son profil comportemental** et comment ses forces motrices l'influencent
- Apprendre à **identifier et à adapter** son message aux différents profils comportementaux

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : la réflexion, la communication et la mise en application
- **Etre capable de** :
 - Assimiler les concepts théoriques de l'outil DISC et des Forces Motrices
 - Analyser son propre comportement et ses forces motrices
 - identifier le style comportemental des autres
 - adapter sa communication et sa motivation en fonction des forces motrices des autres

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée puis une 2 eme journée à 1 mois d'intervalle **soit 2 journées**
- Pré-requis : Les participants sont invités à réfléchir à 2 situations qui leur ont déjà posé problème au travail / Répondre au préalable aux questionnaires envoyés par mail
- Public : Managers et leaders / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : Parcours QUALLISTA : 2800 € / Hors parcours : 3500 €

- MODULE 1/2 : MANAGEMENT -

Mieux se connaître pour mieux communiquer

Comprendre le processus de communication & les fondements de la PNL

Mieux se connaître et mieux connaître l'autre

Développer ses propres ressources

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Mieux se connaître** pour communiquer avec souplesse et faire ainsi passer ses messages
- Développer les **compétences fondamentales** pour entrer en contact avec ses interlocuteurs de manière efficiente, comprendre ainsi la relation à l'autre
- Pratiquer l'**écoute active** de ses interlocuteurs
- Comprendre **ses interactions avec les autres** et s'adapter
- Ajuster sa communication verbale et non-verbale
- Apprendre à construire **des relations stables et durables** avec sa hiérarchie, avec ses collègues ou ses collaborateurs.

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / empathie / ouverture d'esprit & flexibilité
- **Etre capable de** :
 - S'exprimer de manière claire, concise & persuasive
 - Utiliser le langage corporel, le ton de la voix et les expressions faciales pour communiquer efficacement
 - Ecouter attentivement les autres sans interruption ni jugement
 - Résoudre les conflits de manière constructive

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 2 journées en présentiel + 1/2 journée de feedback
- Pré requis : aucun
- Publics : cadres, managers, agents de maîtrise, techniciens
- Organisation : groupes / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 4200 € / Hors parcours : 4500 €

- MODULE 1/3 : MANAGEMENT -

Savoir parler en Public et conduire un "pitch"

Développer l'attitude et la confiance pour communiquer de manière claire & percutante en créant une connexion avec l'auditoire

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Développer ses capacités d'expression, **gagner en impact**, être percutant
- **Structurer et adapter** son discours, savoir gérer son temps de parole, travailler sa voix
- Gérer son émotivité et maîtriser son trac, mieux se connaître
- Savoir établir une **relation efficace avec son auditoire**, favoriser l'interactivité
- Optimiser les supports et outils et savoir utiliser les **techniques de présentation**
- Exercer son corps, dynamiser sa présence et affirmer **son style**
- **Conduire un pitch** : Concevoir et rendre un pitch unique !

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : la communication orale / la prise de parole en public / la résilience et la créativité
- **Etre capable de** :
 - Maîtriser les techniques de communication orale, telle que la diction, la prosodie, la gestuelle et la posture
 - planifier et gérer son temps de parole de manière efficace
 - Etablir un contact avec son auditoire et créer une relation de confiance
 - Utiliser les supports et outils de présentation de manière efficace

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas = 3 ateliers sur le PITCH
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions / Quizz de synthèse
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 3 journées en présentiel. A distancer de 15 jours.
- Pré requis : aucun
- Publics : cadres, managers, agents de maîtrise, techniciens
- Organisation : groupes / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 4200 € / Hors parcours : 4500 €

- MODULE 1/4 : MANAGEMENT -

Perfectionner ses pratiques managériales

*Développer les compétences managériales et le leadership
à travers différents outils opérationnels
Définir et analyser le profil de ses collaborateurs*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Assumer des prises de décisions. Conforter sa position** de leader et fédérer
- **Coordonner** le travail et **suivre** le positionnement de chacun face au changement
- **Mobiliser** ses collaborateurs et identifier les points forts et les "faiblesses" de chacun
- **Utiliser judicieusement** les compétences au quotidien et responsabiliser son équipe
- Opter pour un **langage commun** compréhensible de tous
- **Faire preuve de modération** pour recadrer un collaborateur
- Explorer **la maîtrise de l'évaluation** afin d'améliorer les résultats de son équipe

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : leadership / communication / autonomie / adaptabilité
- **Etre capable de :**
 - Identifier les **informations pertinentes**, évaluer les **différentes options** et choisir la **meilleure solution**.
 - Comprendre et gérer les **changements** (positifs & négatifs)
 - Evaluer les performances **des autres** de manière objective et équitable
 - Résoudre les conflits de façon **constructive**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée 2 journées soit 14 heures
- Pré requis : avoir suivi la formation Management 1/1 (DISC)
- Public : managers / chefs d'équipe / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 3500 € / Hors parcours : 3800 €

- MODULE 1/5 : MANAGEMENT -

Gérer et animer une équipe projet

Initier et cadrer le projet / Communiquer et animer l'équipe

Gérer les situations délicates et clôturer le projet

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Constituer une équipe projet en fonction des **compétences identifiées**
- Employer les techniques requises pour **rassembler** les différents acteurs du projet
- Mettre en œuvre les **bonnes pratiques** de la gestion de projet
- Différencier les objectifs individuels et les objectifs projet
- Analyser les éléments de **l'efficacité** du pilotage projet . Planifier des réunions de contrôle
- Identifier et gérer les situations **conflictuelles**
- Impliquer l'équipe **durablement** et maintenir la cohésion
- Disposer d'une boîte à outils : charte projet, organigramme des tâches, planning, analyse de risques...à déployer dès le retour en entreprise...

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : leadership / communication / autonomie / adaptabilité / organisation
- **Etre capable de** :
 - Identifier les **informations pertinentes**, évaluer les différentes **options** et choisir **la meilleure solution**.
 - Comprendre et gérer **les changements** (positifs & négatifs)
 - Evaluer les performances des autres de manière **objective et équitable**
 - Résoudre les conflits de façon **constructive**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 2 journées
- Pré requis : aucun
- Publics : dirigeants, cadres, managers, chefs de projets
- Organisation : groupes / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement

- MODULE 1/6 : MANAGEMENT -

LE MOS Hotellerie & restauration

*Donner du sens et un cadre pour :
Le Management, les organisations et le structures
Le Pourquoi ? Le Comment ? Dans quel objectif ?*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Savoir donner un sens et un cadre au **management** : une seule méthodologie, un même langage, des objectifs identiques à toutes les équipes et tous les services.
- Savoir impacter **l'organisation** : actions ciblées APOP (Analyse, Planification, Optimisation et Productivité au sein de l'entreprise).
- Savoir **structurer** les services, organiser pour optimiser la qualité des attendus, monter en compétences et en cohésion d'équipes.

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : leadership / communication / organisation / adaptabilité
- **Etre capable de** :
 - **Diriger et encadrer** une équipe, **déléguer** les tâches et **responsabiliser** les collaborateurs
 - **Définir** des objectifs, **établir** des plans d'action et les mettre en oeuvre
 - **Identifier les besoins** en formation des collaborateurs, mettre en place **des plans de développement** et suivre leur évolution
 - Travailler efficacement **avec les autres** pour atteindre un objectif commun

METHODES PÉDAGOGIQUES

- Phase 1 - **L'origine** . Définition des attentes et des objectifs / Constat du site (organisation & structure) / évaluation du cadre managérial (compétence & savoir être) => restitution
- Phase 2 - **Le mouvement** : mise en place et suivi des actions à mener / accompagnement et coaching des cadres propriétaires (acteurs du changement) / planification et timing / mesure de la performance
- Phase 3 - **La consolidation** : mise en place des mesures de contrôle et de pilotage / actions à mener suite aux mesures de performance => vers l'autonomie du cadre managérial
- Evaluation individuelle en fin de session / Attestation de réussite (si réussite)

INFORMATIONS

- Durée : 2 ou 3 journées selon l'entreprise
- Pré requis : aucun
- Publics : équipes Hôtellerie & restauration
- Organisation : groupes / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement

- MODULE 2/1 : LES COMPÉTENCES -

Réussir ses entretiens professionnels

Parce qu'un bon entretien peut permettre une montée en compétence de ses collaborateurs, il est nécessaire de se préparer à la conduite des entretiens de compétences.

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Acquérir une **méthodologie** pour évaluer objectivement ses collaborateurs
- Savoir mener un **entretien d'évaluation de A à Z et adopter** les comportements efficaces et adéquats
- Faire de l'entretien d'appréciation un **acte de management et de développement** des collaborateurs

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : objectivité / analyse / écoute active / relations interpersonnelles
- **Etre capable de** :
 - Identifier et utiliser des méthodes d'évaluation **objectives et pertinentes**
 - **Mener** un entretien d'évaluation de manière professionnelle et constructive
 - Donner du feedback de façon **constructive et motivante**
 - **Aider** les collaborateurs à développer leurs compétences et leurs performances

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée
- Pas de pré-requis
- Pour les managers et les managés / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 1800 € / Hors parcours : 1950 €

- MODULE 2/2 : LES COMPÉTENCES -

Comment "j'apprends quand j'apprends"

Comment mieux connaître son profil d'apprentissage, permet d'être plus efficace et d'aller à l'essentiel

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Déterminer son **profil d'apprentissage** et développer **ses capacités** d'apprentissage
- Apprendre c'est quoi ?
- 5 actes de connaissances
- Le geste de mémorisation / les préférences évocatrices
- Définir ses aptitudes
- PROSPER
- Les émotions & bouger pour mieux apprendre

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / autonomie / curiosité / persévérance
- **Etre capable de** :
 - Planifier et organiser son temps **efficacement**
 - Identifier et résoudre les problèmes **de manière efficace**
 - **S'engager activement** dans l'apprentissage et rechercher de nouvelles informations

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée ou 2 demi-journées
- Pas de pré-requis
- Public : tous / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 1800 € / Hors parcours : 1950 €

- MODULE 3/1 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

Cohésion d'équipe et team building

Comment aider à la cohésion de mon équipe et à son leadership ?

Comment prendre la direction d'une nouvelle équipe ?

Comment bien intégrer un nouveau collaborateur ?

Comment développer la coopération, l'entraide, l'esprit d'équipe ?

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Savoir définir **son leadership** et le développer dans l'action
- Partager **sa vision** et donner des repères temporels
- Connaître les bases de la **cohésion d'équipe**
- Formuler ses attentes mutuelles, savoir exprimer ses questionnements
- Savoir **influencer positivement** l'autre dans l'action
- Définir les objectifs et résoudre les problèmes **en équipe**
- Se situer ou situer une **situation de conflit**, en maîtriser le processus
- Contre balancer une situation de conflit par **le dialogue** (O.S.C.A.R.)
- Savoir aider à la cohésion de mon groupe et l'entretenir dans le temps

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / empathie / résolution de problème / communication
- **Etre capable de** :
 - **Influencer et motiver** les autres
 - Travailler en équipe de **manière efficace**
 - Gérer les conflits de **façon constructive**
 - Se développer et s'améliorer **continuellement**
 - Créer un environnement de travail **positif et constructif**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et demie soit 10 heures / Pas de pré-requis
- Public : pour les managers et les managers / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2700 € / Hors parcours : 2900 €

- MODULE 3/2 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

Anticiper et gérer les conflits au quotidien

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Diagnostiquer et analyser **les différents types et niveaux de conflits**
- Repérer et distinguer : problème - tension - crise - conflit / Les signes avant-coureurs.
- **Comprendre les processus** afin d'éviter que les conflits ne surgissent
- Repérer **ses points forts et axes de progrès** pour gagner en confort et en efficacité dans la gestion des conflits, communiquer en situation de conflit
- Assimiler les **techniques de résolutions** de conflits
- Elaborer **des compromis réalistes** et des stratégies communes
- Aborder avec efficacité l'après conflit, retrouver la confiance
- Construire une **relation "gagnant" "gagnant"**

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / empathie / résolution de problème / communication
- **Etre capable de** :
 - **Identifier** les différents types et niveaux de conflit et **distinguer** un problème, une tension, une crise, un conflit
 - Communiquer de **manière claire et efficace**. Pratiquer **l'écoute active**, gérer ses **émotions** et comprendre celle des autres
 - Identifier les différentes techniques de résolution de conflit, **choisir celle appropriée** à la situation et l'appliquer

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 2 journées distancées d'1 mois entre elles.
- Pas de pré-requis
- Public : pour les managers et responsables d'équipes / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 4200 € / Hors parcours : 4500 €

- MODULE 3/3 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

L'égalité professionnelle femmes / hommes

S'engager sur le chemin de l'égalité

Ce que nous dit la loi

Agir ensemble

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Connaitre** les obligations légales en matière d'égalité professionnelle
- **Respecter** les obligations légales
- **Adopter** une politique pro égalité femmes - hommes
- **Sensibiliser** à la démarche les acteurs et les actrices en milieu professionnel
- Connaitre les **pratiques d'entreprise** pour lutter contre la discrimination femmes - hommes

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : compréhension / empathie / adaptabilité / communication
- **Etre capable de** :
 - Comprendre les **lois et réglementations** en matière d'égalité professionnelle
 - Mettre en oeuvre et maintenir des processus internes visant à **garantir le respect des obligations légales**
 - **Sensibiliser** les autres à l'égalité professionnelle
 - Identifier les **dé discriminations** et lutter contre

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Inté ractive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée
- Pas de pré-requis
- Public ; Tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 1800 € / Hors parcours : 1950 €

- MODULE 3/4 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

L'écoute active : dialogue et confiance réciproque

*Pratiquer l'écoute active & ajuster son attitude
Décrypter le langage des émotions
Trouver la bonne distance dans la communication*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- S'aligner sur ce qu'est une vraie **communication**
- Apprendre à adopter une **posture d'écoute**
- Pratiquer une **véritable écoute**
- Développer son **empathie pour coopérer**
- Etre à l'écoute en toute circonstance

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : compréhension / empathie / ouverture d'esprit / communication
- **Etre capable de** :
 - Communiquer de manière **claire, respectueuse et efficace**
 - Ecouter l'autre de manière **attentive & empathique**
 - Comprendre et partager **les sentiments des autres**
 - Travailler avec les autres de **façon constructive**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositif** : cours théoriques
- **Actif** : étude de cas
- **Intéactif** : échange avec un professionnel
- **Reflexif** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et 1/2 journée de feedback ensuite
- Pas de pré-requis . Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2700 € / Hors parcours : 2900 €

- MODULE 3/5 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

Savoir s'adapter à son interlocuteur

Comprendre son propre profil comportemental et celui de son interlocuteur afin de mieux communiquer et réussir ensemble grâce aux DISC et au langage des couleurs

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Identifier les **dominantes comportementales** de son profil pour mieux se connaître
- **Décrypter les caractéristiques** comportementales de ses interlocuteurs
- Mieux comprendre les **modes de fonctionnement** en équipe
- **Mieux communiquer** ensemble grâce aux outils d'analyse
- Identifier **les synergies ou les incompatibilités** entre les profils
- 2 outils et grilles d'analyse : Le modèle Disc et les typologies de couleurs
- Comprendre et analyser le modèle Disc et les styles dominants de personnalité
- Découvrir les 4 typologies de couleurs et les 4 profils comportementaux associés

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : compréhension / empathie / ouverture d'esprit / communication
- **Etre capable de** :
 - Communiquer de manière **claire, respectueuse et efficace**
 - Ecouter l'autre de manière **attentive & empathique**
 - Comprendre et partager **les sentiments des autres**
 - Travailler avec les autres de **façon constructive**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et 1/2 journée de feedback ensuite
- Pré-requis : questionnaire à remplir une semaine avant le jour de la formation :
- Tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement

- MODULE 3/6 : RÉUSSIR ENSEMBLE -

Accueillir une personne en situation de handicap

Parce que la bienveillance doit être au cœur de chaque entreprise et de chacun de nous

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Comprendre** la notion de handicap pour mieux accueillir les personnes.
- Connaître les différentes **typologies de handicap** et leurs conséquences.
- Dépasser les craintes face au handicap et **gérer les situations délicates**.
- Connaître les principes de la loi de fev 2005 : accessibilité et inclusion des personnes.
- Savoir **identifier et repérer** une personne en situation de handicap.
- Savoir **adapter son comportement** et communiquer avec une personne en handicap.
- Savoir **organiser sa société** au handicap : référent handicap, parcours fauteuil...

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : compréhension / empathie / ouverture d'esprit / communication
- **Etre capable de** :
 - **Comprendre les différents types de handicap**, leurs causes, leurs conséquences et les dispositifs d'aide existants
 - Développer une **attitude positive et accueillante** à l'égard d'une personne en situation de handicap
 - **Adapter son environnement** pour le rendre accessible et accueillant aux personnes en situation de handicap

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et 1/2 journée de feedback ensuite
- Pas de pré-requis Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2700 € / Hors parcours : 2900 €

- MODULE 4/1 : VIE PRO/VIE PRIVÉE -

Comment gérer son temps et ses priorités

*Comment concilier responsabilités professionnelles et vie privée ?
Comment être ambitieux en gardant un espace personnel pour s'épanouir ?*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Gestion des priorités :
 - **Diagnostiquer** la gestion de son temps grâce à la grille des domaines de vie
 - Apprendre à **réorganiser** son temps et gérer efficacement le stress professionnel
 - Gérer ses priorités et ses objectifs grâce à la mise en place d'un **schéma illustré**
- Gestion du stress : **s'organiser** des sas de décompression
- Gestion de la communication :
 - **Mieux communiquer** : savoir affirmer son mode d'organisation
 - **Sortir** de la culpabilité et s'autoriser à réussir personnellement ET professionnellement
 - **Enrichir** son vocabulaire de l'émotion, faire taire celui des reproches
- Gestion de l'énergie :
 - **Repérer** les activités toxiques, essentielles et ressourçantes au quotidien
 - **Adopter** le bon rythme et apprendre à "recharger ses batteries"

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / réflexion / organisation / communication
- **Etre capable de** :
 - Utiliser son temps de **manière efficace et productive** pour mieux gérer ses priorités
 - Développer des stratégies pour **gérer le stress**
 - Communiquer plus **clairement et efficacement**
 - Développer des stratégies pour **préserver son énergie**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 2 jours
- Pas de pré-requis Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 3500 € / Hors parcours : 3800 €

- MODULE 4/2 : VIE PRO/VIE PRIVÉE -

Réseaux sociaux & Média

*Qu'est ce qu'un média ?
L'analyse d'une information (les différents angles)
et sa vérification (sources)
Avantages et risques des réseaux sociaux*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Familiariser** la jeunesse à l'univers des médias et des réseaux sociaux
- Émettre un **avis critique** sur l'actualité (éveiller la prise de conscience)
- Utiliser les réseaux sociaux avec les **bons usages adaptés**
- Développer **le partage et le plaisir** de la communication
- Favoriser **l'implication** de chacun dans la société (physiquement et numériquement)

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : esprit critique / curiosité / communication / ouverture d'esprit
- Etre capable de :
 - **Comprendre le fonctionnement** des médias et réseaux sociaux, leurs enjeux et leurs limites
 - S'exprimer **de manière critique**, exprimer ses opinions
 - **S'engager** dans la société et contribuer à son développement

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas / Jeux / QUIZZ
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel / Débats
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée
- Pas de pré-requis .Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 1800 € / Hors parcours : 1950 €

- MODULE 5/1 : SANTÉ - BIEN-ÊTRE -

Energie, concentration & Mémorisation

*Il est donné à tous de pouvoir se concentrer, mémoriser.
Ce qui est moins évident c'est de savoir comment le faire.
Cette formation permettra d'éclaircir cette question et de sentir
quels outils vous seront appropriés.*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Connaître les mécanismes de la mémoire pour **stimuler ses performances**
- Mobiliser toute son énergie pour **se concentrer rapidement** en toute situation
- Appliquer les techniques de mémorisation pour plus **d'efficacité et de sérénité dans son travail**

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : motivation / discipline / persévérance / ouverture d'esprit
- Etre capable de :
 - **Comprendre** comment la mémoire fonctionne et comment l'optimiser
 - **Se concentrer** sur une tâche pendant une période prolongée
 - Utiliser **des techniques spécifiques** pour mémoriser des informations
 - Atteindre des objectifs avec **une utilisation optimale des ressources**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et demi
- Pas de pré-requis Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2700 € / Hors parcours : 2900 €

- MODULE 5/2 : SANTÉ - BIEN-ÊTRE -

Maitriser la gestion des émotions

*Faire face à des changements importants
Comprendre les mécanismes du stress
Apprendre à gérer des situations stressantes*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- **Définir et diagnostiquer** son stress
- Analyser **son profil type de personnalité** et comportement sous pression
- **Faire face** à une séquence de stress
- S'organiser et développer **des relations constructives**
- Construire dans la durée pour **anticiper et prévenir**

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : autoconnaissance / résilience / flexibilité / ouverture d'esprit
- Etre capable de :
 - **Comprendre** ce qu'est le stress, comment il se manifeste et comment il peut affecter la vie
 - Identifier les facteurs de stress **développer des stratégies** pour les gérer et prévenir leur apparition
 - Etablir **des relations constructives** et gérer les conflits de manière saine

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée et demie
- Pas de pré-requis .Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2700 € / Hors parcours : 2900 €

- MODULE 5/3 : SANTÉ - BIEN-ÊTRE -

Prévenir, faire face aux agissements inappropriés

Prévenir les incidents critiques

*Sensibiliser les conséquences sur l'état psychologique et physique
Avec le support des avocats ou juristes, psychologues et ostéopathes*

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Connaître les aspects juridiques
- Savoir distinguer les **comportements inappropriés** (moraux, sexuels, sexistes, racistes...)
- Repérer les **conséquences** sur la santé physique et mentale
- Savoir adopter une **posture et un comportement adéquats** à chaque situation
- Connaître et favoriser les **intérêts de l'inter-culturalité**
- Détenir des pistes pour la construction d'une **charte et d'un projet professionnel**

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : communication / curiosité / empathie / ouverture d'Esprit
- Etre capable de :
 - **Comprendre** les lois et les règlements applicables aux comportements inappropriés
 - **Identifier** les comportements inappropriés et comprendre leurs conséquences
 - **Se mettre à la place des autres**, comprendre et respecter les différentes cultures
 - Développer des projets qui favorisent **l'inclusion et le respect de tous**

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

- Durée : 1 journée
- Pas de pré-requis .Public : tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : parcours QUALLISTA : 2500 € / Hors parcours : 2700 €

- MODULE 5/4 : SANTÉ - BIEN-ÊTRE -

Prévenir, les risques psycho sociaux

Définir les RSP, s'aligner sur la réglementation
Identifier les facteurs susceptibles de favoriser l'émergence de RSP
Evaluer les actions à mettre en œuvre, les conséquences

OBJECTIFS & DESCRIPTION

- Définir les **risques psychosociaux**
- Cerner les **obligations juridiques** de l'employeur en matière de RSP
- Identifier et **réduire** les différents facteurs de risques pouvant affecter la santé mentale au travail
- Initier une **démarche d'évaluation et de prévention**, manager et agir au quotidien
- Articuler prévention des **RSP**, qualité de vie au travail (**QVT**), et bien être au travail (**BET**)

APTITUDES & COMPETENCES

- **Aptitude** à : communication / curiosité / leadership / travail en équipe
- Etre capable de :
 - **Comprendre** les différents types de risques psychosociaux et leurs causes
 - **Identifier** les risques sociaux et comprendre leurs conséquences
 - Mettre en place un processus d'évaluation des risques psychosociaux et identifier des actions de **prévention adaptées**
 - Comprendre les liens entre la prévention des RSP, la Qualité de Vie au Travail et le Bien être au Travail

METHODES PÉDAGOGIQUES

- **Expositive** : cours théoriques
- **Active** : étude de cas
- **Intéreactive** : échange avec un professionnel
- **Reflexive** : engagement des stagiaires sur un plan d'actions
- Evaluation individuelle en fin de session / Si réussite : attestation de réussite

INFORMATIONS

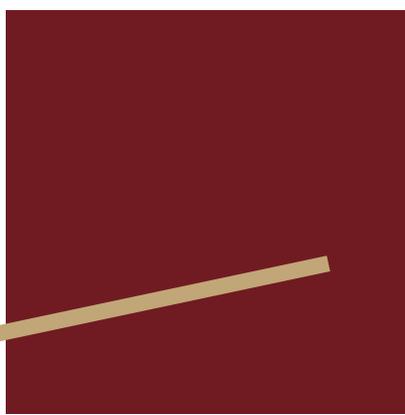
- Durée : Selon les cas & situations
- Pas de pré-requis . Public : Tout public / 12 personnes maximum
- Les personnes présentant un handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement
- Tarifs : sur devis



QUALLISTA

L'Humain Acteur de l'Excellence

LE COACHING



- COACHING SUR MESURE -

Individuel, Collectif et Interculturel

COACHING INDIVIDUEL

- Solutions pour gérer le stress, l' énergie, les émotions et la confiance en soi
- Aide pour faire face à des situations complexes, développer les ressources
- Préparations mentales pour tout type de concours et compétitions : sport, MOF...

COACHING COLLECTIF

- Améliore les fonctionnements collaboratifs et la cohésion entre les membres
- Apporte les solutions pour renforcer la performance optimale collective
- Optimise les fonctionnements de communication et aide à gérer les conflits

COACHING INTERCULTUREL

- Améliore la productivité au travail à travers les cultures
- Développe les opinions et travaille l'ouverture d'esprit

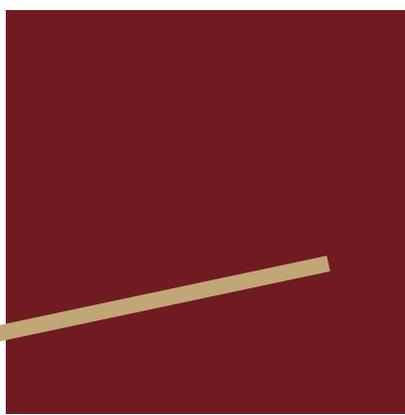
- **La Méthode TARGET :est orientée vers le plaisir et la performance. Issue du haut niveau sportif, elle propose des solutions ou le coaché devient l'artisan de sa performance et de son bien être.**
- **Le profil Disc d'assessments 24X 7 est une analyse comportementale qui décrit différents styles de communication et de comportement. Elle permet ainsi de mieux se connaître et mieux appréhender ainsi sa communication et son fonctionnement avec les autres.**
- **L'Analyse des forces motrices : elle mesure et évalue les facteurs de motivation en sept dimensions qui sont présente dans chacun de nous. Là ou l'analyse DISC décrit comment un individu se comporte, l'analyse des Forces Motrices indique pourquoi il agit ainsi.**
- **Le HVP : Hartman Value Profile, permet de comprendre et de tirer parti des forces inhérentes à sa vie professionnelle et personnelle tout en gérant les risques. Le HVP permet ainsi de mieux comprendre les styles de pensée et la façon dont ceux-ci nous affectent.**



QUALLISTA

L'Humain Acteur de l'Excellence

LE SÉMINAIRE



- SÉMINAIRE QUALLISTA - "BE" RÉAL

- Réelle expérience personnelle et introspective destinée aux cadres d'entreprises, le programme BE "REAL" vise à offrir un espace de réflexion et de développement.
- Construit sur une approche globale, ce programme unique harmonise les dimensions physiques, émotionnelles et mentales aux traits de personnalité.

Intégrer votre propre style managérial
Vivre des instants de puissantes réflexions
Atteindre un alignement idéal : mentale, émotionnel & physique

Be "REAL"
À la découverte de Soi

Perform "REAL"
L'équilibre pour la
performance collective



Connect "REAL"
Du Soi aux autres,
agir et interagir

- ROSALIE BOJOLY -



Rosalie BOJOLY la fondatrice de QUALLISTA, est formatrice et coach :

Passionnée par l'humain et la relation à l'autre, Rosalie a construit une carrière passionnante de Coach Mentale (méthode Target), Coach interculturel (Rosinski & Company), Coach émotionnel (intégratif emtrace). Psychopédagogue en pédagogie positive et praticienne en simulation cognitive ENCéFal, elle est certifiée en analyse de profils comportementaux et de communication (DISC). Rosalie possède aussi une certification HVP (Hartman Value Profile).

La société QUALLISTA est née en 2019, pour répondre aux multiples demandes de formations et de coaching et accompagner avec efficacité et bienveillance les entreprises et les particuliers. Elle s'est entourée d'une équipe d'experts qui interviennent dans de nombreux domaines.

- L'ÉQUIPE EXPERTS QUALLISTA -



ALEXANDRA de
BEAUREGARD
Coach / consultante



FABIO ROSSI
Consultant management



LAURA CASSARO
Avocate



PASCALE PY
Consultante



BRUCE NAKACHE
Coach EMCC France



THOMAS MERTZ
Fondateur de confidences
sportives
Formations &
communication



OLIVIER NOVELLI
Consultant
Formateur MOF



DGMAR CRUZ
Psychologue



TIFFANY CANOVA
Psychologue



LILA DJAATIT
coach sportive,
Language du corps



VALENTIN CANOVA
Ostéopathe

- NOS AMBASSADEURS HR -

Partout en France, nos ambassadeurs cautionnent, animent et sont garants de la Charte et du Label QUALLISTA

Jean François GIRADIN : Président de la Société Nationale des MOF

Christophe Raoux : MOF et Chef

Kristine RENAUT : FLOCONS de SEL Mégève 3 étoiles

Emmanuel RENAUT : MOF - Chef FLOCONS de SEL

Virginie BASSELOT : MOF - Cheffe des cuisines LE NEGRESCO

Michel ROTH : MOF - Chef executif - conseiller Culinaire

Matthieu OTTO : Bocuse d'or 2017 - finaliste Bocuse d'Or monde 2019

Angelo MUSA : MOF et champion du monde de pâtisserie

Gwendal BRIANT : chef de partie – Flocons de Sel Mégève

Cedric Chabaudie : Second de cuisine, Cuisiniers de la République

Dylan WERNER : Champion du Monde Worldskills, Président des MAF

Simon VERGER : MOF - Consultant

Nais PIROLLET : candidate France Bocuse d'Or 2023

Fabien COCHETEUX : Chef pâtissier Consultant-Formateur

Charlène RICHT : cheffe Pâtissière

Gustavo GRUZ : Chef instructeur Londres - Anthropologue culinaire

Lilya ABAIR : Apprentie R&D chez Pierre Hermé

Julien DUBOIS : Chef des projets et missions institut Lyfe

Nadia MAAZOUZI : Référente handicap

- NOUS CONTACTER -



- CONTACT ET RÉSEAUX SOCIAUX -



<https://quallista.com/>



@QUALLISTA



07 83 56 87 83



@QUALLISTA.HR



contact@quallista.com



@QUALLISTA