



Centre National de Formation – Croix-Rouge française
235, Rue de l'Isle – BP 10040 - 73500 Modane – Tél. : 04 79 05 18 33 – Fax : 04 79 05 25 38
E-mail : c.albaron@croix-rouge.fr - Site web : albaron.croix-rouge.fr

CONFIANCE EN MOI, CONFIANCE DANS LES AUTRES

Les sessions 2013 : les 16 et 17 mai ou les 5 et 6 décembre

A ces dates peuvent être ajoutées d'autres sessions selon les besoins spécifiques de votre structure.

Mademoiselle, Madame, Monsieur,

Veillez trouver ci-dessous des renseignements sur votre formation, ainsi qu'un dossier d'inscription que vous voudrez bien nous retourner dûment complété afin d'être inscrit à la formation :

- le certificat médical – **selon le modèle ci-joint** – complété moins de 3 mois avant la formation

La Croix-Rouge française est habilitée à signer une convention avec votre entreprise dans le cadre de la Formation Professionnelle.

Pour bénéficier de cette mesure, consultez **votre employeur**.

Une convention établie par nos soins lui parviendra pour signature.

Au cours de la formation seront établis le certificat de présence et la facture.

Merci de bien vouloir nous consulter pour tout devis ou demande de tarif.

Nous vous serions reconnaissants de bien vouloir nous faire connaître votre décision le plus tôt possible. Vous pouvez arriver la veille de la formation (avant 20 heures).

L'accueil pour la formation se fera à partir de 8h30, la session débutera à 9h00 et la formation se terminera aux alentours de 16 heures le dernier jour.

Vous pouvez être accompagné, la région offrant des possibilités de visites.

Dans l'attente de vous recevoir, veuillez agréer, Mademoiselle, Madame, Monsieur, l'expression de nos sentiments les meilleurs.

LA DIRECTRICE
B. MARGUERON



Centre National de Formation – Croix-Rouge française
235, Rue de l'Isle – BP 10040 - 73500 Modane – Tél. : 04 79 05 18 33 – Fax : 04 79 05 25 38
E-mail : c.albaron@croix-rouge.fr - Site web : albaron.croix-rouge.fr

RÉSERVÉ À LA DIRECTION DU CENTRE :

<i>Arrivée</i>	<i>Acompte</i>
----------------	----------------

A retourner **dernier délai** 15 jours avant le début de la formation avec :

- 1 photo récente
- le certificat médical – **selon le modèle ci-joint** – complété moins de 3 mois avant la formation

**FICHE INDIVIDUELLE D'INSCRIPTION
CONFIANCE EN MOI, CONFIANCE DANS LES AUTRES**

DU : / / 2013 AU : / / 2013

Arrivée prévue le : / / 20..... à H en train en voiture

Civilité : Melle Mme Mr

Nom d'usage : **Nom de naissance** :

Prénoms :

Date de naissance : / / 19..... **Lieu** : **Dépt** :

Pays de naissance : **Nationalité** :

Adresse exacte et complète :

Code Postal : **Ville** : **Pays** :

Tél fixe : **Portable** :

E-mail :

Personne à prévenir en cas d'accident

NOM, Prénom :

Tél. :

FORMATION PROFESSIONNELLE (à remplir par l'employeur)

Je soussigné, (titre et qualité)

Raison sociale de l'employeur

Sollicite l'inscription de M.....

Dans le cadre de la formation professionnelle continue (incidence à l'application de la loi N° 71.575 du 16 Juillet 1971) et m'engage à honorer la facture établie par la Croix-Rouge française, organisme formateur.

CACHET ET SIGNATURE
DE
L'EMPLOYEUR

Je m'engage à fournir le certificat médical ci-joint complété moins de 3 mois avant la formation, ce qui conditionne mon inscription.

Date :

Signature du participant ou du représentant légal pour les mineurs :



Centre National de Formation – Croix-Rouge française
235, Rue de l'Isle – BP 10040 - 73500 Modane – Tél. : 04 79 05 18 33 – Fax : 04 79 05 25 38
E-mail : c.albaron@croix-rouge.fr - Site web : albaron.croix-rouge.fr

CONFIANCE EN MOI, CONFIANCE DANS LES AUTRES Certificat médical

Je soussigné

Docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour :

M.....

né(e) le.....

demeurant à.....

et avoir constaté qu'il (elle):

- ne présente à ce jour, à ma connaissance, aucune contre indication cliniquement décelable, physique ou psychique, pour suivre une formation active en collectivité à la Croix-Rouge française.
- est à jour des vaccinations suivantes : Diphtérie, Poliomyélite, Tétanos

Etabli à la demande de l'intéressé et remis en mains propres pour faire valoir ce que de droit.

Fait à

Le

NOM, cachet et signature du médecin :



Centre National de Formation – Croix-Rouge française
235, Rue de l'Isle – BP 10040 - 73500 Modane – Tél. : 04 79 05 18 33 – Fax : 04 79 05 25 38
E-mail : c.albaron@croix-rouge.fr - Site web : albaron.croix-rouge.fr

« Confiance en moi, confiance dans les autres »

Public : salariés ou bénévoles amenés à travailler en équipe autour de projets, toute personne souhaitant développer ses capacités à se positionner et à s'affirmer au contact des autres.

Durée : 2 jours

Organisation : 8 participants maximum par formateur

Cette session est basée sur des mises en situations de travail en groupe au cours desquelles chacun sera amené à se positionner au sein du groupe, à s'impliquer et s'affirmer pour une atteinte de l'objectif de l'exercice.

L'exercice n'est en fait qu'un prétexte à l'engagement personnel, à l'analyse des vécus, à l'expression des ressentis, à l'échange d'expérience et au feed-back.

Un apport de connaissances conclue cette phase d'échange et un support écrit est remis à chaque participant.

Les exercices et mises en situations sont adaptées pour chaque équipe au nombre de participants, aux performances du groupe et aux capacités physiques de chacun.

Les analyses et discussions qui suivent chacune des mises en situations sont animées par le formateur. Les parallèles sont alors faits entre l'expérience vécue lors de l'exercice et le quotidien professionnel de chacun.

Les sessions peuvent être mises en place au sein de votre propre structure ou dans nos murs.

Les thèmes abordés :

- La cohésion d'équipe
- Les conditions de la confiance
- L'évaluation des risques et la prise de décision

Le programme :

Journée 1

- ⇒ Accueil des participants et présentation
 - Les formateurs,
 - les règles du stage et son déroulement,
 - les participants.
- ⇒ Prendre contact et s'accepter tel que l'on est dans une équipe.
- ⇒ Faire part de ses convictions, prendre l'initiative de les défendre, écouter et accepter les arguments des autres.
- ⇒ Prendre conscience de ses qualités et de ses potentiels, exprimer ses craintes.
- ⇒ S'exprimer en confiance face aux autres
- ⇒ Exprimer son ressenti individuel et échanger ses expériences

Journée 2

- ⇒ Prendre conscience de ses qualités et de ses potentiels, identifier ses limites
- ⇒ Prendre une décision au sein d'une équipe.
- ⇒ La confiance en soi et la confiance dans les autres.



Centre National de Formation – Croix-Rouge française

235, Rue de l'Isle – BP 10040 - 73500 Modane – Tél. : 04 79 05 18 33 – Fax : 04 79 05 25 38

E-mail : c.albaron@croix-rouge.fr - Site web : albaron.croix-rouge.fr

- ⇒ Les étapes de la dynamique d'équipe et les lampes rouges d'alarme (apports théoriques)
- ⇒ Donner et recevoir du feed-back constructif, identifier les sentiments qui émergent à ce moment.
 - Les conséquences et les règles du feed-back
- ⇒ Temps de réflexion individuel sur les acquis des deux journées et questionnaire de fin de formation
- ⇒ Plan d'action personnel
 - ⇒ S'exprimer en confiance face aux autres
 - Tour de table « évaluation de fin de formation »