



Favoriser l'équilibre des équipes entre

vie personnelle et professionnelle

pour construire un environnement de travail durable

PROGRAMME

Première demi-journée :

Cadre législatif, enjeux et bonnes pratiques

- Comprendre les exigences légales
 - Exploration des réglementations en matière de temps de travail, de droit à la déconnexion et des droits des salariés (ex : congés, flexibilité des horaires)
- Évaluer l'impact de l'équilibre vie professionnelle/vie personnelle
 - analyse des effets de l'équilibre sur la santé mentale, la productivité et la fidélisation des équipes
- Découvrir des bonnes pratiques pour soutenir un équilibre durable

Deuxième demi-journée :

Ateliers pratiques et plan d'action (travail en sous-groupes)

- Identifier les leviers et les obstacles
 - Repérer les freins organisationnels et personnels qui impactent la mise en place d'un équilibre.
 - Développement de stratégies pour surmonter ces obstacles dans différents contextes.
- Élaboration d'un cadre pratique intégrant des objectifs et actions personnalisés pour favoriser l'équilibre en entreprise.
 - Les participants repartiront avec un plan d'action concret adapté aux réalités de leur structure et des idées pour mesurer l'impact dans le temps.

OBJECTIFS

- Se conformer au cadre légal sur le temps de travail et le droit à la déconnexion
- Optimiser l'engagement et la productivité des équipes
- Favoriser des pratiques RH propices à un environnement de travail équilibré
- Développer une stratégie pour pérenniser des initiatives d'équilibre

TARIFS

- Intra journée : 3 900 € HT
- Intra 1/2 journée : 2 500 € HT
- Inter journée : 650 € HT/pers

PUBLIC ET PRÉREQUIS

- Dirigeants, Responsables, fonctions RH
- Aucun prérequis

FORMATEURS



Sandrine Langlois, experte développement RH et coach certifiée, spécialisée dans le suivi des transitions professionnelles, des dynamiques relationnelles et managériales.



Cindy Colineau, ancienne responsable RH, experte du développement humain et spécialisée dans l'accompagnement des compétences relationnelles et managériales.

PERSONNALISATION

Cette thématique est adaptable en intra pour des formats allant de 1 heure à 1 journée.

MODALITÉS

Moyens pédagogiques : Les formations ALBACOMBEE combinent un enseignement théorique, des analyses de cas concrets, des exercices, quiz et mises en situation. Pendant la session, l'intervenant privilégie l'interactivité et s'appuie sur les expériences et les vécus de chacun. En intra, un cas pratique personnalisé est conçu. Au préalable, tous les participants reçoivent un questionnaire permettant d'évaluer leur niveau de maturité sur le thème de la formation et connaître leurs attendus et leurs objectifs. L'intervenant prend en compte les réponses pour proposer une animation en phase avec les attentes.

Modalités d'évaluation : Les connaissances sont évaluées par des questionnaires au cours et à la fin de la formation. Un questionnaire de satisfaction est rempli à l'issue de la formation et un second d'évaluation de l'acquisition des compétences est envoyé un mois après.

Ressources : Les supports utilisés et une ressource avec des liens et documents utiles sont mis à disposition à la fin de la formation.

Dates de formation :

- **En intra :** la date et la liste des participants sont définies en commun avec le client qui assure l'envoi des convocations. A la confirmation de la session de formation, les participants recevront la convocation accompagnée de toutes les informations pratiques.
- **En inter :** les sessions sont assurées à partir de 5 participants aux dates indiquées sur les fiches de chaque formation.

Frais de déplacements : pour les formations en dehors de Paris, les frais de déplacements seront pris en charge par le client: train, taxi ou frais kilométriques sur la base du barème de frais professionnels de l'État (<https://www.service-public.fr/particuliers/actualites/A14686>), ainsi que les péages, les repas sur place, l'hôtel et le dîner de la veille si la séance a lieu le matin.

Conditions de règlement :

- En intra, acompte de 30% réglé à la commande – Solde facturé à l'issue de la formation et réglé à 30 jours.
- En inter, paiement avant le démarrage de la formation. Une fois que nous aurons reçu votre paiement, vous recevrez une confirmation de votre inscription ainsi qu'une convocation officielle par mail.

Accessibilité : Pour permettre aux personnes en situation de handicap d'accéder plus facilement à nos formations, ALBACOMBEE met tout en œuvre pour trouver les aménagements les plus adaptés à chaque situation de handicap en collaboration avec le client.

INFOS PRATIQUES

- Durée :** 1 journée
- Lieu :** Présentiel ou distanciel
- Jauge :** de 5 à 12 inscrits
- Forfait inter :** 50% de réduction pour le 2e collaborateur d'une même entreprise
- Sur demande

CONTACT & INSCRIPTION

formation@albacombbee.com

Retrouvez toutes nos offres de conseil et de formation sur www.albacombbee.com

