

## PROGRAMME

### Comprendre les nouveaux modes de travail

- Évolution des espaces de travail : du bureau individuel à l'open-space, au flex office, au télétravail
- Aspects pratiques : normes et recommandations
- Avantages et inconvénients des agencements actuels

### Prévention des troubles et mieux-être au travail

- Installation au poste dans le cas de flex office
- Connaître les troubles associés
  - TMS
  - bruit et santé au travail
- Gestion de l'environnement
  - éclairage
  - bruit
  - température
  - circulation
  - solution de confort

### Observer et comprendre les enjeux psychosociologiques de l'open space

- Le territoire
- La distance et l'intimité
- Les frontières dans les relations humaines
- Fantasmagorie de l'oreille et le regard
- Du petit groupe au grand groupe

### Construire un "vivre et travailler ensemble" en open space

- Les règles de sociabilité
- Communiquer plus efficacement avec des personnalités différentes
- Acquérir des compétences qui créent et maintiennent la juste distance relationnelle
- S'approprier des techniques d'étirements, de soulagement et de gestion du stress
- Adopter un état d'esprit "orienté solution"

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

### DATÉS

- 03 au 04 décembre 2020
- 14 au 15 juin 2021
- 02 au 03 décembre 2021

### ESPACE DE FORMATION

Paris-Montparnasse

DURÉE  
2 jours

1615 € ht  
repas inclus

RÉF. DYNA

### OBJECTIF

Comprendre les nouveaux modes de travail

### COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Comprendre les nouveaux modes de travail
- Prévention des troubles et mieux-être au travail
- Observer et comprendre les enjeux psychosociologiques des espaces dynamiques de travail
- Identifier et anticiper les troubles et symptômes associés à l'open-space
- Co-construire un "vivre et travailler ensemble" en open-space
- Transformer ses craintes et ses peurs en s'appuyant sur ses ressources

### PUBLIC CONCERNÉ

- Toute personne confrontée à des situations de changement d'espace de travail et mieux « vivre et travailler ensemble » dans un open space

Formation animée par :  
**NATHALIE  
MINCHELLA-GERGELY**



- Coach professionnelle diplômée
- Formée en PNL
- Consultante spécialisée dans l'amélioration de la santé, la QVT, les RPS, la gestion du stress

*"Je vous propose une formation interactive et ludopédagogique dont le point de départ est basé sur l'expérience et le retour terrain des participants. Nous allons voir ensemble comment co-construire un "vivre et travailler ensemble" en espace dynamique de travail."*

Nathalie MINCHELLA-GERGELY

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## LES + DE VOTRE FORMATION C3S

### Votre SUIVI PÉDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique assure un suivi individuel de l'apprenant. Elle vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions post-formation et le lien avec le formateur.

### Votre FORMATION

Open space, Flexoffice, télétravail, votre formation aborde ces différents mode d'espace dynamique de travail. Les compétences que vous allez acquérir au cours de cette formation seront immédiatement transposables dans votre environnement de travail ou celui de vos collaborateurs.

## ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE



Envie d'aller plus loin ? Retrouvez ci-dessous, une sélection de formations complémentaires à la formation "Vivre et travailler en espace dynamique de travail". Vous avez également la possibilité de composer votre propre itinéraire pédagogique avec les formations de votre choix.

Vivre et travailler en  
espace dynamique de  
travail

+

Préserver  
le capital santé

+

Mettre en oeuvre le  
droit à la décon-  
nexion

=

**-10%\***

\* Inscrivez-vous à 3 formations et obtenez une remise de 10%