

LA METHODE C.A.R.E

*6 mois pour retrouver de la sérénité
et du plaisir à manager*

Présentation **ET MODALITES DE FORMATION**

→ La Méthode CARE est un accompagnement destiné aux managers, cadres et responsables d'équipes exerçant dans des contextes humains exigeants.



Il s'agit d'une formation professionnelle continue - 100% à distance - à votre rythme, sous format hybride associant :

- E-learning asynchrone (plusieurs heures de vidéos, livret de formation, check lists, fiches méthodo, auto-tests, etc.)
- Un accompagnement collectif (de type mentorat) en visio (24 séances)
- 3x2h de « live » sur des thèmes à approfondir
- Un accompagnement individuel complet (9h de coaching + mentorat) pour la formule premium



Une méthode **& 4 AXES**

Le parcours C.A.R.E. est structuré autour de 4 axes pédagogiques :

- C comme Cadre : Clarifier leur organisation et leurs priorités
- A comme Autorité : renforcer sa posture managériale et gérer les situations complexes
- R comme Responsabiliser & motiver : développer l'autonomie et l'engagement des équipes
- E comme Équilibrer : Prévenir la surcharge mentale et l'épuisement professionnel en élaborant un fonctionnement durable.

Les
**OBJECTIFS DE
CETTE
FORMATION**

MÉTHODE CARE

OBJECTIFS DE LA FORMATION

6 OBJECTIFS • 1 TRANSFORMATION • **REPRENDRE LE CONTRÔLE** POUR MANAGER AVEC IMPACT ET SÉRÉNITÉ



MOINS SUBIR. PLUS DIRIGER.
Avec clarté, impact et sérénité.

Quelles compétences **DEVELOPPEES ?**

- **Organiser et piloter** son activité managériale afin de réduire la surcharge mentale
- **Prendre des décisions** adaptées dans des contextes complexes
- **Communiquer** avec assertivité et intelligence relationnelle
- **Gérer les situations** relationnelles difficiles et les conflits
- **Développer la motivation** et l'engagement de son équipe
- **Prévenir ses propres risques de surcharge** et d'usure professionnelle

Quel public **ET PRE-REQUIS ?**

→ Cette formation s'adresse à **tout responsable d'équipe**
(directeur, cadre, chef d'équipe, etc.)



Secteurs concernés :

Fonction publique

Secteur social et médico-social

Éducation

Sécurité et tout secteur à forts enjeux humains

Durée de la **FORMATION**

6 mois

Le parcours comprend :

- Accès illimité aux vidéos et ressources pédagogiques pendant 12 mois
- 24 sessions d'accompagnement collectif sur 6 mois (mentorat)
- 3 « lives » thématiques de 2 heures
- Accompagnement individuel selon la formule choisie : 6 séances d'1h de coaching et 3 séances d'1h de mentorat pour la formule premium.



Comment **S'INSCRIRE ?**



L'inscription se fait en ligne directement sur le lien suivant :
<https://care.humanea-formation.fr/commande/>



Copie ce lien
ou
scan ce QR code



Secteurs concernés :

Fonction publique

Secteur social et médico-social

Éducation

Sécurité et tout secteur à forts enjeux humains

Les
MODALITES
PEDAGOGIQUES

La formation **ALTERNE :**

- Apports théoriques et pratiques
- Études de cas issues du terrain
- Exercices d'analyse et mises en situation
- Outils opérationnels directement applicables
- auto diagnostic, plan d'accompagnement, etc.
- Sessions d'accompagnement collectif
- Lives thématiques en visioconférence
- Accompagnement individuel selon la formule choisie



Les **MOYENS UTILISES**

- Tous les supports PDF téléchargeables
- Vidéos pédagogiques en accès libre et illimité
- Outils d'auto-évaluation
- Classes virtuelles en visioconférence
- Espace personnel de suivi



Les **TARIFS**



TARIFS

6 MOIS D'ACCOMPAGNEMENT



FORMULE PREMIUM



FORMULE ESSENTIELLE



ACCES VIDEOS ET RESSOURCES

ACCÈS ILLIMITÉ

ACCÈS ILLIMITÉ



MENTORAT COLLECTIF (1H)

24

24



COACHING INDIVIDUEL (1H)

6

0



MENTORAT INDIVIDUEL (1H)

3

0



LIVE 2H

3

3



TARIF TOTAL

3 900 €

2 400 €

Les
**MODALITES
D'EVALUATION**

L'évaluation **DES ACQUIS**



L'évaluation des acquis est réalisée à différents niveaux



Du quiz de pré-formation en ligne

Des entretiens de mi et fin de parcours

De l'auto-diagnostic du style managérial

Du quiz final

Une attestation de réussite est délivrée automatiquement en ligne à l'issue du quiz de fin de formation, sous réserve d'un score minimum de 80 %.

Le suivi **ET L'ASSIDUITE**

→ Le suivi de l'assiduité est réalisé au moyen :



- 
- Des relevés de connexion à la plateforme
 - Du suivi de progression pédagogique
 - Des feuilles d'émargement numériques pour les sessions collectives
 - Du suivi de participation aux lives et accompagnements

L'évaluation **DE LA SATISFACTION**

→ Un questionnaire de satisfaction est accessible en ligne à l'issue de la formation afin d'évaluer :



- La qualité pédagogique
- Le suivi par l'équipe pédagogique
- L'atteinte des objectifs
- La satisfaction globale des participants
- Tout commentaire permettant une amélioration de la formation



Les indicateurs DE PERFORMANCE

→ Les indicateurs suivants sont suivis :

- Taux de satisfaction des participants
- Taux de suivi et de réussite
- Taux de recommandation de la formation



Ces indicateurs sont mis à jour trimestriellement.

A noter que chacune des recommandations ou commentaire fait l'objet d'une traçabilité afin d'en assurer la prise en compte et le traitement.

Accessibilité **AUX PSH**



→ Humanea Formation s'engage à étudier les besoins spécifiques des personnes en situation de handicap afin d'adapter les modalités de formation lorsque cela est possible.

Copie ce lien
ou
scan ce QR code

Toute demande d'adaptation doit être formulée, dans l'idéal, avant toute inscription :

contact@humanea-formation.fr

Pour tout autre détail : www.humanea-formation.fr/accessibilite-et-handicap/

Mes **CONTACTS**

07 43 53 05 81

contact@humanea-formation.fr

