



2024

**CATALOGUE  
FORMATIONS  
CONTINUES**

CATALOGUE SPÉCIAL

**ENTREPRISE**

---

**MABAZE**

# QUI SOMMES-NOUS?

Ma Baze est une structure à taille humaine, aux prises de décisions rapides, aux convictions fortes, en perpétuelles recherches de développements et dans une ambiance détendue. Ma Baze est dédiée à la fourniture de solutions innovantes et de haute qualité, conçues pour répondre aux besoins de nos clients avec excellence et intégrité. Chez Ma Baze, nous nous engageons à transformer vos défis en opportunités grâce à nos trois axes de convictions fondamentales.

- **QUALITES ET SUR MESURE:** les formations sont certifiées QUALIOP1 mais également élaborées et minimum 2 cliniciens de terrain La qualité est au cœur de tout ce que nous faisons. Notre engagement envers la qualité se reflète dans chaque projet que nous entreprenons, assurant ainsi la satisfaction et la fidélité de nos clients.
- **CLINIQUE ET CREATIVITES PEDAGOGIQUES:** Chez Ma Baze, nous croyons fermement que l'innovation est la clé du succès durable ainsi que la flexibilité pédagogique à vos acteurs de terrain
- **ETHIQUE ET ENGAGES:** toute l'équipe de Ma Baze est rémunérée de manière équitable. Chez Ma Baze, nous valorisons les relations durables et de confiance avec nos clients et partenaires. Notre approche éthique et responsable nous permet de bâtir des partenariats solides et de long terme, basés sur la confiance et le respect mutuel.

## Pourquoi Choisir Ma Baze ?

- Expertise et Expérience: Notre équipe est composée de professionnels expérimentés et passionnés, prêts à vous fournir des solutions sur mesure et adaptées à vos besoins spécifiques.
- Approche Personnalisée: Nous prenons le temps de comprendre les défis uniques de chaque client et de proposer des solutions personnalisées qui répondent à leurs attentes.
- Support et Accompagnement: Nous offrons un support continu et un accompagnement à chaque étape de votre projet, assurant une mise en œuvre fluide et réussie.



# NOS FORMATIONS

**Qualiopi**   
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des catégories d'actions suivantes :

Actions de formation  
Bilan de compétences

pourquoi choisir nos formations continues?

- Diagnostic précis des enjeux internes : Une psychologue clinicienne conçoit des formations basées sur les problématiques spécifiques de l'entreprise, telles que la gestion du stress, la communication interpersonnelle ou la prévention du burn-out.
- Approche personnalisée : Contrairement aux formations génériques, un programme sur mesure s'adapte à la culture, aux valeurs et aux défis concrets de l'entreprise.
- Flexibilité des contenus : Les modules sont ajustés en fonction des retours des participants, garantissant une progression continue et adaptée.
- Développement des compétences émotionnelles : Les employés apprennent à mieux gérer leurs émotions et celles des autres, ce qui réduit les risques de tensions ou de crises.
- Prévention des risques psychosociaux : La formation sensibilise aux signaux précoces de stress ou d'épuisement professionnel, permettant une prise en charge proactive.
- Création d'un espace d'expression : Les séances offrent un cadre où les employés peuvent partager leurs difficultés et trouver des solutions adaptées.
- Optimisation des pratiques professionnelles : Les employés acquièrent des outils concrets pour améliorer leur efficacité et résoudre des problématiques spécifiques à leur poste.
- Réduction des interruptions liées au stress : Une meilleure gestion des émotions et des conflits limite les situations qui freinent le bon fonctionnement de l'entreprise.
- Stimulation de l'engagement : En se sentant mieux équipés pour gérer leur travail, les employés sont plus motivés et engagés dans leurs missions.

**Tu me dis, j'oublies.  
Tu m'enseignes, je me souviens.  
Tu me montres, j'apprends. "**

**Benjamin FRANKLIN**

# ANTICIPER ET GÉRER LES SITUATIONS DÉLICATES À CONFLICTUELLES ENTRE COLLEGUES

## OBJECTIFS

A l'issue de cette formation, les participant(e)s seront en mesure de :

- Identifier les situations délicates
- Réagir et gérer les situations conflictuelles
- Mettre en place des outils
- conduire un entretien
- Travailler en réseau

Intervenant : psychologue clinicien(ne)

Date : à définir

Durée : 2 journée (14 heures)

Lieu : en intra

Tarifs : 700 euros/participant  
minimum 8 pers.  
maxi 12 pers.

## PROGRAMME

1. La représentation que chacun se fait du conflit
2. Qu'est ce qu'un conflit ?
  - Définition collective d'un conflit
  - Est-il inéluctable ?
  - Est-ce une opportunité ?
3. Identifier
  - Les principaux déclencheurs d'un conflit
  - Déceler les comportements significatifs d'un conflit latent • Les indicateurs de son escalade.
4. Analyse des situations conflictuelles
5. Comprendre certains mécanismes psychologiques s'y invitent
6. Approches résolutive durables
  - La place de la confiance en soi
  - Le compromis réaliste par la négociation
  - Les outils de la communication adapté au conflit
  - Rôle de la médiation et ses particularités
  - Le suivi et ses spécificités
7. Analyse situationnelle, selon des exemples choisis par les participants eux-mêmes

Public et prérequis : Toutes personnes du secteur souhaitant comprendre, anticiper, traiter les situations délicates à conflictuelles

Aucun prérequis spécifique.

Méthodes et moyens pédagogiques techniques et d'encadrement : Une méthode pédagogique interactive et participative, conjuguant le transfert pédagogique, des apports théoriques, à l'aisance professionnelle des participants.

Modalités d'évaluation de la formation : Evaluation des objectifs en amont de la formation

Evaluation à chaud

Evaluation à froid

Modalités de sanction de la formation : Emargement par demi-journée  
Attestations individuelles de formation

Certificat de réalisation Accessibilité : Stagiaires porteurs d'un handicap, nous contacter pour vérifier la possibilité d'adapter les contenus.

Délais d'accès, de 2 à 6 mois en moyenne.

Votre référent formation :

Marion ZECCHIN

mabaze-formations@outlook.fr

## FACE A LA GESTION DE SON STRESS

### OBJECTIFS

A l'issue de cette formation, les participant(e)s seront en mesure de :

- Identifier le stress
- Réagir et gérer les situations de stress
- Mettre en place ses propres outils de bien être
- mettre en place un système d'organisation du travail

Intervenant : psychologue clinicien(ne)

Date : à définir

Durée : 2 journée (14 heures)

Lieu : en intra

Tarifs : 700 euros/participant  
minimum 8 pers.  
maxi 12 pers.

### PROGRAMME

1. qu' 'est ce que le stress?  
faire la différence entre stress et angoisse/ stress et burn out/stress et anxiété/théorie du stress
2. les outils d'adaptation du stress
3. des outils pour la qualité de vie au travail
4. mieux se connaitre pour mieux communiquer
5. mises en situations
6. Comprendre certains mécanismes psychologiques des conflits internes
7. Analyse situationnelle, selon des exemples choisis par les participants eux-mêmes

Public et prérequis : Toutes personnes du secteur qui souhaite gérer son stress  
Aucun prérequis spécifique.

Méthodes et moyens pédagogiques techniques et d'encadrement : Une méthode pédagogique interactive et participative, conjuguant le transfert pédagogique, des apports théoriques, à l'aisance professionnelle des participants.

Modalités d'évaluation de la formation :  
Evaluation des objectifs en amont de la formation  
Evaluation à chaud  
Evaluation à froid

Modalités de sanction de la formation :  
Emargement par demi-journée  
Attestations individuelles de formation

Certificat de réalisation Accessibilité :  
Stagiaires porteurs d'un handicap, nous contacter pour vérifier la possibilité d'adapter les contenus.

Délais d'accès, de 2 à 6 mois en moyenne.

Votre référent formation :

Marion ZECCHIN

mabaze-formations@outlook.fr

## FORMATION SUR MESURE

### OBJECTIFS

notre formation sur mesure, spécialement conçue pour répondre aux besoins uniques du monde de l'entreprise, nous prenons le temps d'échanger sur vos besoins, de les analyser, puis de vous proposer un programme sur mesure

Intervenant : psychologue clinicien(ne)

Date : à définir

Durée : à définir

Lieu : en intra

Tarifs : à définir

### POURQUOI CHOISIR NOS FORMATIONS SUR MESURE?

1. Réponse adaptée aux besoins spécifiques de l'entreprise:  
Diagnostic précis des enjeux internes, Approche personnalisée  
Flexibilité des contenus : Les modules sont ajustés en fonction des retours des participants, garantissant une progression continue et adaptée.

2. Amélioration de la santé mentale des employés:  
Développement des compétences émotionnelles, Prévention des risques psychosociaux, Création d'un espace d'expression

3. Renforcement de la productivité et de la performance:  
Optimisation des pratiques professionnelles, Réduction des interruptions liées au stress, Stimulation de l'engagement

4. Amélioration de la cohésion d'équipe

Public et prérequis : à définir

Méthodes et moyens pédagogiques techniques et d'encadrement : Une méthode pédagogique interactive et participative, conjuguant le transfert pédagogique, des apports théoriques, à l'aisance professionnelle des participants.

Modalités d'évaluation de la formation :  
Evaluation des objectifs en amont de la formation  
Evaluation à chaud  
Evaluation à froid

Modalités de sanction de la formation :  
Emargement par demi-journée  
Attestations individuelles de formation

Certificat de réalisation Accessibilité :  
Stagiaires porteurs d'un handicap, nous contacter pour vérifier la possibilité d'adapter les contenus.

Délais d'accès, de 2 à 6 mois en moyenne.

Votre référent formation :  
Marion ZECCHIN  
mabaze-formations@outlook.fr





# NOS PRESTATIONS

Nous avons le plaisir de vous présenter nos prestations de services psychologiques, conçues pour améliorer le bien-être, la performance et l'harmonie au sein de votre organisation.

## Nos Services permettent:

- un accompagnement Global : Une analyse approfondie des dynamiques de groupe, des interactions et des modes de communication au sein de vos équipes.
- Résolution des Conflits : Identification des sources de conflits et mise en place de stratégies pour les résoudre de manière constructive.
- Renforcement de la Cohésion : Techniques pour renforcer la collaboration, l'esprit d'équipe et l'efficacité collective.
- Développement des Compétences : Programmes de formation et de développement adaptés aux besoins spécifiques de chaque employé.
- Soutien Continu : Un suivi régulier pour assurer une progression constante et une adaptation aux nouvelles situations.
- Soutien Émotionnel : Un espace sécurisé et confidentiel où les employés peuvent s'exprimer librement et trouver du soutien face à leurs préoccupations.
- Prévention du Burnout : Identification précoce des signes de stress et de burnout, avec des interventions adaptées pour y remédier.
- Promotion du Bien-Être : Initiatives et programmes visant à améliorer le bien-être mental et émotionnel de vos collaborateurs.
- Amélioration de la Productivité : Des équipes bien soutenues et bien formées sont plus efficaces et plus productives.
- Réduction du Turnover : Un environnement de travail sain et harmonieux favorise la rétention des talents.
- Climat de Travail Positif : Un lieu de travail où les employés se sentent écoutés et valorisés conduit à un climat organisationnel positif.
- Innovation et Créativité : Des enseignants épanouis sont plus enclins à innover et à proposer des idées créatives.
- Expertise et Expérience : Notre équipe de psychologues expérimentés possède une expertise approfondie en psychologie du travail et en développement personnel.
- Approche Personnalisée : Chaque service est adapté aux besoins spécifiques de votre organisation et de vos collaborateurs.
- Confidentialité et Respect : Nous garantissons un cadre de travail respectueux de la confidentialité et de l'intégrité de chaque individu.

# LIEU D'ECOUTE

## QU'EST CE QUE C'EST?

c'est un espace dédié au bien-être et à l'accompagnement psychologique de vos employés. Ce nouvel espace, dirigé par une psychologue professionnelle, est conçu pour offrir un soutien précieux pour la santé mentale dans un environnement sûr et confidentiel.

## POUR QUI?

principalement pour les employés

## POURQUOI UN LIEU D'ECOUTE?

Investir dans un lieu d'écoute par une psychologue clinicienne est une démarche gagnante pour l'entreprise. Elle permet non seulement d'améliorer le bien-être des salariés mais également de générer des bénéfices indirects tels qu'une productivité accrue, une diminution des coûts liés à l'absentéisme et au turnover, et une amélioration de l'image de l'entreprise. Un tel dispositif n'est pas une dépense, mais un investissement stratégique dans le capital humain, cœur de la réussite durable d'une organisation.

1. Amélioration du bien-être des employés: Réduction du stress et de l'épuisement professionnel, Soutien personnalisé, Prévention des conflits
2. Impact positif sur la productivité: Motivation renforcée : Réduction de l'absentéisme, Meilleure gestion des transitions
3. Attraction et fidélisation des talents: Marque employeur valorisée, Réduction du turnover
4. Optimisation des coûts liés à la santé et au turnover: Réduction des coûts liés à l'absentéisme, Baisse des coûts de recrutement, Diminution des erreurs et des accidents
5. Conformité aux obligations légales et éthiques: Prévention des risques psychosociaux, Engagement éthique, Prendre soin de la santé mentale de ses collaborateurs
6. Création d'une culture de prévention: Normalisation de la santé mentale, Formation et sensibilisation

## + D'INFOS

**fréquence:** à définir

**tarifs:** 90 euros/ heure sans les frais de déplacement ( à définir)

Votre référente :

Marion ZECCHIN

mabaze-formations@outlook.fr



# ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISE

## QU'EST CE QUE C'EST?

le service d'Accompagnement Personnalisé pour les employés est conçu pour améliorer les pratiques professionnelles et soutenir les employés dans leur mission quotidienne.

## POUR QUI?

principalement pour les employés

## POURQUOI UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISE?

Investir dans un accompagnement personnalisé par une psychologue clinicienne est une démarche gagnante pour l'entreprise. Elle permet non seulement d'améliorer le bien-être des salariés mais également de générer des bénéfices indirects tels qu'une productivité accrue, une diminution des coûts liés à l'absentéisme et au turnover, et une amélioration de l'image de l'entreprise. Un tel dispositif n'est pas une dépense, mais un investissement stratégique dans le capital humain, cœur de la réussite durable d'une organisation.

1. Amélioration du bien-être des employés: Réduction du stress et de l'épuisement professionnel, Soutien personnalisé, Prévention des conflits
2. Impact positif sur la productivité: Motivation renforcée : Réduction de l'absentéisme, Meilleure gestion des transitions
3. Attraction et fidélisation des talents: Marque employeur valorisée, Réduction du turnover
4. Optimisation des coûts liés à la santé et au turnover: Réduction des coûts liés à l'absentéisme, Baisse des coûts de recrutement, Diminution des erreurs et des accidents
5. Conformité aux obligations légales et éthiques: Prévention des risques psychosociaux, Engagement éthique , Prendre soin de la santé mentale de ses collaborateurs
6. Création d'une culture de prévention: Normalisation de la santé mentale, Formation et sensibilisation

## + D'INFOS

**fréquence:** à définir

**tarifs:** à définir

Votre référente :

Marion ZECCHIN

mabaze-formations@outlook.fr

## POUR LES ENSEIGNANTS EN GROUPE

# ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

### QU'EST CE QUE C'EST?

Un groupe d'analyse de la pratique est un dispositif qui permet aux professionnels de réfléchir ensemble sur leurs pratiques. cela permet d'améliorer la qualité des pratiques et le développement professionnels de vos encadrants

### POUR QUI?

principalement pour les employés, les RH mais également les cadres et dirigeants

### POURQUOI UN GROUPE D'ANALYSES DE PRATIQUES PROFESSIONNELLES?

Mettre en place un groupe d'analyse des pratiques professionnelles, animé par une psychologue clinicienne, est un levier puissant pour allier bien-être des employés et performance économique. Ce dispositif améliore à la fois la qualité de vie au travail, la cohésion d'équipe, et l'efficacité opérationnelle, tout en réduisant les risques psychosociaux et les coûts associés. Investir dans les GAPP, c'est investir dans l'humain, véritable moteur de la réussite durable de l'entreprise.

1. Renforcement de la santé mentale des employés: Prise de recul sur les situations complexes, Réduction de la charge émotionnelle, Développement d'une résilience collective
2. Amélioration des compétences professionnelles: Échanges sur les bonnes pratiques, Renforcement des compétences relationnelles, Encouragement à l'autonomie et à la réflexion critique
3. Amélioration de la communication et de la cohésion d'équipe: Création d'un espace d'écoute mutuelle, Prévention des conflits, Développement d'une culture d'entraide
4. Impact direct sur la performance et la productivité: Réduction des erreurs professionnelles, Efficacité accrue, Adaptation aux changements
5. Optimisation des coûts liés à la santé et au turnover: Réduction de l'absentéisme, Limitation du turnover, Diminution des coûts liés aux erreurs
6. Conformité légale et développement d'une culture de prévention: Réponse aux obligations légales, Normalisation des échanges sur les pratiques, Formation continue intégrée
7. Valorisation de la marque employeur: Attractivité renforcée, Renforcement de l'image éthique

### + D'INFOS

**fréquence:** à définir

**tarifs:** 130 euros/ heure sans les frais de déplacement ( à définir)

**temps d'une séance :** entre 1h30 à 2h

Votre référente :

Marion ZECCHIN

mabaze-formations@outlook.fr