



*Offres d'accompagnements  
en développement professionnel et personnel*

Et si vous décidiez de réconcilier votre côté personnel et professionnel pour vous permettre d’Etre ?

Vous vous dites « Je verrai plus tard, quand mes enfants auront grandi, quand j’aurai changé de travail, quand... »

**Et pourquoi pas maintenant ?** C’est maintenant que vous méritez d’être pleinement épanoui ! Maintenant est le moment parfait pour investir enfin sur vous et/ou vos équipes !

Si vous recherchez une offre d’accompagnement différente et innovante, vous êtes au bon endroit !

**Pourquoi différente ?** Nous vous proposons du **sur-mesure** :

- ✓ Nos accompagnements professionnels sont co-construits avec vous et pour vous.
- ✓ Nous privilégions la pratique à la théorie. Quoi de mieux que l’expérimentation des outils et méthodes pour les intégrer rapidement afin d’être autonomes?
- ✓ Nos stages en développement personnel se déroulent si possible au contact la nature pour permettre une déconnexion totale et un véritable lâcher prise. Un retour à l’essentiel, un retour à Soi.

# Qui suis-je ?

Je m'appelle Claire Martin, passionnée des relations humaines et de l'accompagnement.

Mes nombreuses années dans les fonctions commerciales, managériales puis gestionnaire de structure, ainsi que ma spécialisation en coaching professionnel me permettent de vous accompagner dans votre évolution professionnelle.

Mon cheminement dans le développement personnel, de la connaissance de soi ainsi que ma formation en Programmation Neuro Linguistique sont un atout pour vous guider efficacement dans votre évolution personnelle.



« Accompagner quelqu'un c'est se placer ni devant, ni derrière, ni à la place mais à côté »

Joseph TEMPLIER

# Mes spécialités

- ✓ Praticienne en Programmation Neuro Linguistique (PNL)
- ✓ Coach Professionnelle
- ✓ Formatrice spécialisée en management, communication, commercial
- ✓ Experte en lutte contre les nuisibles



Et aussi :

- ✓ La sagesse toltèque
- ✓ Ecouter son corps pour comprendre ses maux
- ✓ Les blessures qui empêchent d'être Soi

# L'état d'esprit chez APC

## ❖ *Nos Valeurs*

Respect,  
Ecoute,  
Accompagnement,  
Générosité,  
Innovation



## ❖ *Nos Engagements*

Un regard bienveillant  
Une belle éthique  
Une bonne dose d'écoute active  
Mélanger le tout et vous obtiendrez un travail main dans la main  
pour atteindre votre mieux être

# Votre satisfaction = notre priorité !



APC déploie tous les moyens nécessaires à la totale satisfaction de nos clients.

Notre taux de **satisfaction** et **d'accomplissement** est de **100%** ce qui démontre une bonne prise en compte des besoins de nos clients et la mise en place d'accompagnements adaptés.

Nous avons mis en place un process qualité garant de notre volonté d'améliorer constamment la qualité de nos formations.

Nous sommes certifiés **QUALIOPI**.

### **Modalités et délai d'accès à la formation :**

La formation pourra débuter après signature du devis et/ou d'une convention de stage.

Le délai général d'accès à la formation se situe à J + 15 / J+30 après validation du devis par le client.

Le calendrier de formations sera établi en accord entre APC et le client.

Notre livret d'accueil ainsi que notre règlement intérieur sera remis au client avant la formation.



### **Accès à la formation pour les personnes à mobilité réduite :**

L'accueil et l'accès des personnes à mobilité réduite seront adaptés en fonction de chaque situation.

APC met tout en œuvre pour faciliter l'accès à la formation des personnes en situation de handicap.

N'hésitez pas à nous consulter pour en savoir plus : **Tél 07 61 59 38 53**

# Nos offres d'accompagnements



# Développement personnel

❖ **Stages « Confiance en soi, image de soi »**

*2 jours*

Objectif : Savoir allier le corps et l'esprit pour aller plus loin



❖ **Stages « Reprendre le contrôle de soi et pouvoir se défendre » – A destination du public féminin - 5 jours**

Objectif : Savoir retrouver confiance et estime de soi après une agression, harcèlement, viol...

❖ **Séances de coaching individuel :**

- ✓ **Accompagner une transition, un moment clé :** Changement de poste, transition professionnelle...
- ✓ **Se (re)mettre en mouvement :** Ouvrir le champs des possibles, s'adapter au changement, se positionner
- ✓ **Evoluer :** Sortir d'une relation conflictuelle, prendre une décision, comprendre & améliorer sa communication
- ✓ **Oser :** Identifier et comprendre ses émotions, besoins, valeurs – Explorer ses peurs, blocages pour s'en libérer

# Développement professionnel « A la carte »

❖ **Accompagnement sur mesure en stratégie commerciale, communication, management, cohésion d'équipe**

Tous nos accompagnements sont à la carte, co-construit avec vous à partir de vos besoins



❖ ***Coaching d'équipe :***

*Selon votre situation, je vous accompagne vers le développement de l'intelligence collective par l'expérimentation pour cheminer vers vos solutions.*

# Formation Préparation Mentale

Objectif : Être capable d'intégrer la méthode afin de développer ses capacités d'adaptation dans des contextes professionnels, sportifs, privés complexes et/ou stressants

## Programme :

- ✓ **Module 1** : La ventilation pulmonaire en détail + mise en application, les fondamentaux de la méthode TOP (relaxations...)
- ✓ **Module 2** : Comprendre les mécanismes du stress, la méthode TOP pour gérer le stress
- ✓ **Module 3** : La méthode TOP pour soutenir et développer la motivation, comprendre le processus motivationnel
- ✓ **Module 4** : Les TOP pour prévenir et gérer la fatigue, comprendre le sommeil et les mécanismes à l'origine de la fatigue et ses conséquences
- ✓ **Module 5** : Développer sa méthode TOP personnalisée et les stratégies d'entraînement par la visualisation, adaptation des techniques en fonction de la personnalité de chacun, de ses besoins, de ses attentes et de ses objectifs, mise en application des techniques

**Public visé** : Tout public

**Prérequis** : Aucun

**Durée** : 21h

**Tarifs** : 850 € HT

**Lieu** : En entreprise ou en salle

**Nbre de participants** : 6 à 12

## Moyens pédagogiques & techniques :

- Supports techniques
- Jeux de rôles,
- Questions/réponses à la fin de chaque thème
- Apprentissage par méthode active

## Modalités et Moyens d'évaluation :

- Liste d'émargement
- Evaluation par questionnaires écrits
- Attestation de fin de formation



# Nos offres de formations Lutte contre les nuisibles

# Formation de votre service lutte contre les nuisibles

**Objectif :** Renforcer les connaissances métiers liés à chaque poste du service

**Programme sur mesure à définir après audit**

**Exemple de thèmes :**

- Optimisation des tournées des techniciens (planification)
- Gestion des achats (responsable du service)
- Formation des techniciens, du commercial..

**Moyens pédagogiques & techniques :**

- Session de formation individuelle poste par poste
- Jeux de rôles, vidéos métiers
- Nouvelles réglementations métier
- Nouvelles technologies métier
- Dossier personnalisé remis aux stagiaires selon son poste

**Modalités et Moyens d'évaluation :**

- Liste d'émargement
- Evaluation par questionnaires écrits
- Attestation de fin de formation

**Public visé :** Responsable service, Techniciens, chef d'équipe, commercial, planificateur

**Prérequis :** Motivation à être accompagné, à se remettre en question

**Durée :** Selon besoin et profils

**Tarifs :** 950€ HT la journée

**Lieu :** En intra

# Formation commerciale

**Objectif :** Acquérir ou renforcer les compétences de chiffrage et négociation

**Programme :**

**Après audit** de votre collaborateur, mise en place d'un **accompagnement personnalisé** (ex : métrage sur site, chiffrage, remise d'offre, réponse aux objections, négociation, prospection, fidélisation clients...)

**Moyens pédagogiques & techniques :**

- Session de formation individuelle
- Jeux de rôles
- Nouvelles réglementations métier
- Nouvelles technologies métier
- Dossier personnalisé remis aux stagiaires

**Modalités et Moyens d'évaluation :**

- Liste d'émargement
- Evaluation par questionnaires écrits
- Attestation de fin de formation

**Public visé :** Commerciaux

**Prérequis :** Motivation à être accompagné, à se remettre en question

**Durée :** Selon besoin et profil

**Tarifs :** 950€ HT la journée

**Lieu :** En intra / formation personnalisée pour 1 commercial



# Techniques Métiers Starter

**Objectif :** Découvrir le métier des 3D. Identifier les signes d'infestations et connaître les mesures préventives pour atteindre un niveau de technicien minimum

**Programme :**

- Approche des métiers de la lutte contre les nuisibles (les 3D)
- Les principaux nuisibles, leurs fonctionnements et les nouvelles méthodes de lutte raisonnée
- Acquérir une vision globale des solutions alternatives
- Savoir mettre en place un plan de lutte intégrée
- Les risques sanitaires, environnementaux
- Règlementation, responsabilités de chaque partie prenante

**Moyens pédagogiques & techniques :**

- Session de formation collective
- Jeux de rôles, vidéos métiers
- Nouvelles réglementations métier
- Nouvelles technologies métier
- Dossier techniques remis aux stagiaires

**Modalités et Moyens d'évaluation :**

- Liste d'émargement
- Evaluation par questionnaires écrits
- Attestation de fin de formation

**Public visé :** Techniciens débutants, gardiens d'immeubles, personnel d'hôtellerie/restauration, collectivités territoriales, personnels sites agro alimentaires...

**Prérequis :** Certibiocide en cours de validité pour les techniciens 3D

**Durée :** 7h

**Tarifs :** 250€ HT/personne

**Lieu :** En intra / Distanciel

**Nbre de participants :** 6 à 12

# Techniques Métiers Expérimenté

**Objectif :** Acquérir les connaissances expertes sur le fonctionnement des nuisibles, les techniques de lutte et la réglementation

## Programme :

- Biologie et cycle de vie des principaux nuisibles (rongeurs/insectes)
- Mesures préventives
- Comment reconnaître les signes d'infestations
- Le diagnostic
- Nouvelles méthodologies de lutte
- Protocoles
- Utilisation des produits
- Le nouveau métier du technicien
- Evolution de la réglementation
- Rappel sur les risques santé, environnement
- Gestion des déchets liés à l'activité

## Moyens pédagogiques & techniques :

- Session de formation collective
- Jeux de rôles, vidéo métiers
- Nouvelles réglementations métier
- Nouvelles technologies métier
- Dossier techniques remis aux stagiaires

## Modalités et Moyens d'évaluation :

- Liste d'émargement
- Evaluation par questionnaires écrits
- Attestation de fin de formation

**Public visé :** Techniciens lutte contre les nuisibles

**Prérequis :** Certibiocide en cours de validité / 2 ans d'expérience

**Durée :** 7h

**Tarifs :** 290€ HT/personne

**Lieu :** En intra / Distanciel

**Nbre de participants :** 6 à 12



# Nos offres de Conseils Lutte contre les nuisibles

# Conseil lutte contre les nuisibles Prestataires

Séances de consulting sur mesure. Je vous accompagne selon votre besoin du moment

- ✓ Appels d'offres
- ✓ Communication
- ✓ Recrutement
- ✓ Intégration
- ✓ Organisation
- ✓ Autres

**Public visé :** Prestataires lutte contre les nuisibles

**Prérequis :** ouverture d'esprit, motivation à être conseillé

**Durée :** Selon besoins

**Tarifs :** 850€ HT la journée

**Lieu :** En intra / Distanciel

# Conseil lutte contre les nuisibles

## Donneurs d'ordres

Séances de consulting sur mesure. Je vous accompagne selon votre besoin du moment

**Public visé :** Donneurs d'ordres tous secteurs d'activité (bailleurs, hôtels, collectivités..)

**Prérequis :** ouverture d'esprit, motivation à être conseillé

**Durée :** Selon besoins

**Tarifs :** 850€ HT la journée

**Lieu :** En intra / Distanciel

# Nous contacter



[contact@apc-etude-conseil.fr](mailto:contact@apc-etude-conseil.fr)



07 61 59 38 53



 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

*La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION*