

FORMATIONS ET COACHING 2025



Création graphique
et WEB



Commerce et
e-commerce

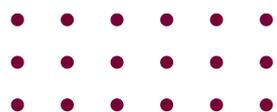


Secrétariat et
domaine du social

À propos

Notre centre de formation propose des formations dans le secteur du commerce, le secrétariat, la communication visuelle et le social.

Nous nous adressons aussi bien à des bacheliers comme à des entreprises.



Notre catalogue numérique :

<https://essor.catalogueformpro.com>



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

LE SOMMAIRE

Qui sommes nous ? _____	3
Infos utiles _____	6
BTS Management commercial opérationnel _____	7
BTS Négociation digitalisation de la relation client _____	8
BTS Support à l'action managériale__	9
BTS Services et prestation des secteurs sanitaire et social _____	10
TP Assistant de direction _____	11
TP Assistant Import/Export _____	12
TP Concepteur designer UI _____	13
TP Infographiste Metteur en page ____	14
Les bases de l'informatique _____	15
Gérer la communication digitale d'une entreprise _____	16
Coaching de Manager _____	17
Optimiser ses compétences managériales _____	18



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

Qui sommes nous ?

Le centre de formation ESSOR a 4 ans d'existence sur le territoire de la Guyane.

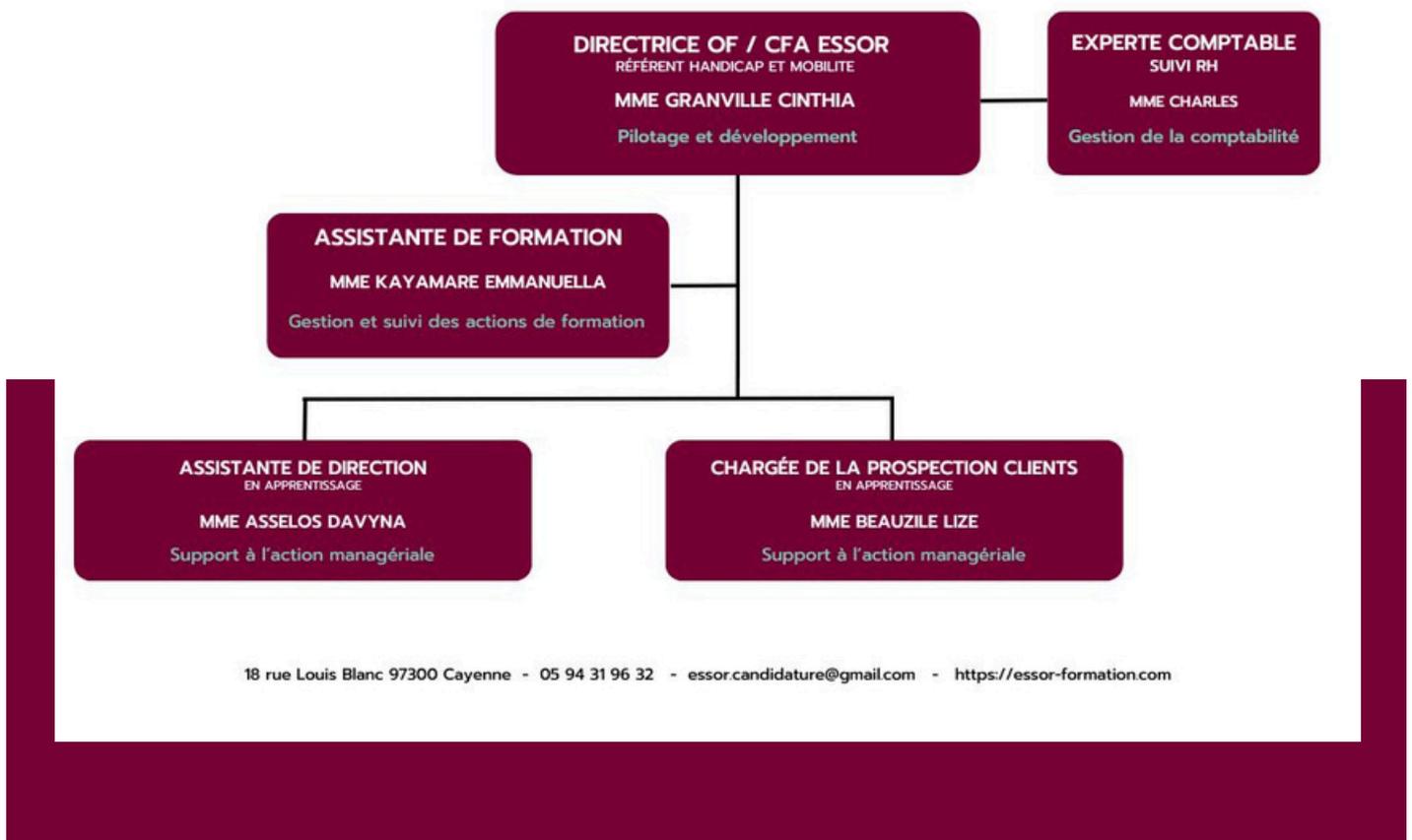
L'équipe du centre de formation et CFA ESSOR se compose de :

- 1 Directrice - Responsable de formation et Coach : Mme GRANVILLE Cinthia
- 1 Assistante de direction : Mme KAYAMARE Emmanuella
- 1 Assistante de direction en apprentissage : Mme ASSELOS
- 1 Chargée de la prospection clients et entreprises en apprentissage : Mme Beauzile
- 1 experte comptable externe : Mme CHARLES Milande

Nous travaillons avec une dizaine de formateurs (Vacataires ou prestataires) dans les différents domaines suivants : la culture générale et expression, les langues, la négociation vente, la culture économique et juridique, la digitalisation, la gestion opérationnelle, la relation client etc...



ORGANIGRAMME OF / CFA ESSOR



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

Qui sommes nous ?

Nos champs de compétences sont les suivants :

- L'accompagnement en coaching des publics éloignés de l'emploi et de la formation. Nous proposons également le coaching d'équipe, de manager d'entreprise et de nos apprenants.
- La formation continue dans les domaines du secrétariat et de la communication visuelle par le biais de titres professionnels du niveau BAC au niveau Bac+3.
- La formation en apprentissage dans le domaine du commerce, du secrétariat et du social.
- La formation pour les entreprises et étudiants de niveau BAC+3 et BAC+5 pour l'année 2026/2027. Il s'agira de formation Bachelor E-commerce, Bachelor RH et de Mastères en partenariat avec la fédération européenne des Ecoles (FEDE).

Le centre de formation ESSOR augmente ses effectifs soit presque 80 apprenti(e)s en formation en alternance (prévisionnel rentrée de septembre 2025).

Nous réaliserons notre première mobilité ERASMUS+ en 2025 avec la filière en BTS Management Commercial Opérationnel.

Notre motivation première en tant qu'organisme de formation et CFA, c'est de contribuer au développement de la Guyane par le biais de la formation et de l'accompagnement en coaching. L'ouverture à l'Europe et à l'international est un plus pour notre public car ils pourront avoir l'opportunité de :

- Développer leurs compétences en langues.
- Découvrir de nouvelles cultures.
- Réaliser un stage professionnel dans un contexte européen.
- Avoir une formation et une expérience professionnelle riche et valorisante.
- Développer leur réseau
- Se préparer à la vie active



Erasmus+



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

Qui sommes nous ?

Les valeurs qui guident nos interventions et notre accompagnement au sein de notre structure sont les suivantes :

La bienveillance : nous attachons une importance à l'accueil de notre public sans opérer de discrimination ou de mauvais traitements.

L'écoute est une compétence fondamentale pour comprendre les besoins de nos apprenants et adapter les parcours de formation et d'accompagnement.

Le respect est indispensable pour développer et entretenir de bonnes relations humaines.

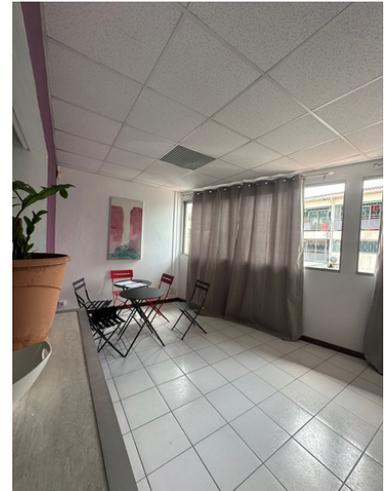
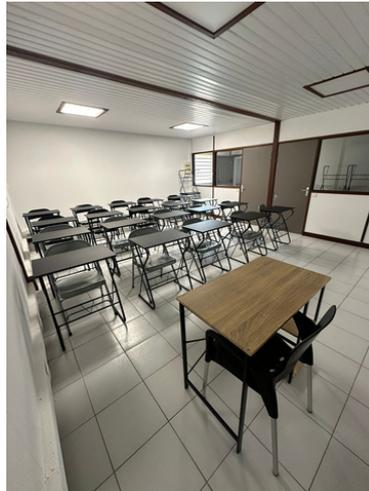
la qualité : Il est important pour notre équipe de maintenir un niveau de qualité de nos prestations en évaluant régulièrement la satisfaction de nos apprenants et en mettant à jour nos ressources et notre pratique professionnelle.

Nos locaux :

Aujourd'hui notre valeur ajoutée c'est notre espace dédié à la formation de 400 m carré en plein centre ville de Cayenne.

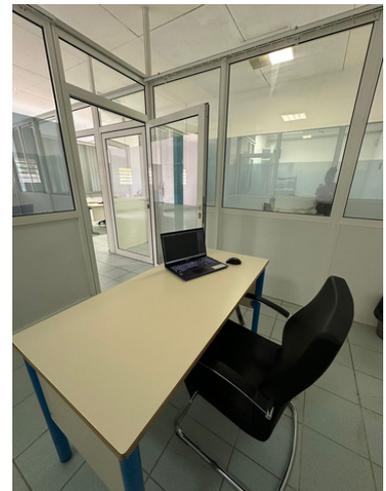
Nous avons :

- 5 grandes salles de formations climatisées dont 1 salle informatique
- 4 bureaux administratifs
- 1 salle pour les formateurs
- 1 espace pour la pause café et le repas
- 1 dizaine d'ordinateurs à disposition des apprenants
- 1 espace pour le coaching



Nos outils numérique :

- 1 écran numérique, tactile grand format
- 2 vidéos projecteur
- 1 abonnement NATHAN pour la mise à disposition des ressources pour les formateurs et les apprenants
 - 1 abonnement à Digiforma pour le suivi administratif et la mise à disposition de la plateforme LMS
 - 1 Abonnement Educintel pour la formation à la digitalisation (Word press et prestashop)
 - 1 abonnement internet / téléphone



Nos formations sont détaillées dans les pages suivantes :



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

INFOS utiles

Les étapes de recrutement d'un apprenti(e) au CFA ESSOR

	Les actions de l'apprenti(e)	Les actions du CFA ESSOR	Les actions de l'entreprises
1	Dépôt des pièces d'inscription au CFA ESSOR et recherche active d'une entreprise	Accompagnement et réalisation d'ateliers CV et lettre de motivation Prospection des entreprises	Réception des CV et réalisation des entretiens d'embauche
2		Envoi du planning annuel de la formation et du programme à l'entreprise	Validation de la candidature du candidat
3	Envoi de la fiche de renseignement à l'entreprise	Envoi de la fiche de renseignement à l'entreprise	Complétude de la fiche de renseignement et envoi au CFA ESSOR
4	Signature du contrat d'apprentissage	Rédaction du contrat d'apprentissage et de la convention de formation	Signature du contrat d'apprentissage et de la convention de formation à envoyer au CFA ESSOR
5	Embauche au sein de l'entreprise	Dépôt des pièces sur la plateforme des OPCOS	DPAE et planification de la visite médicale Accueil et intégration de l'apprenti(e) en entreprise
6	Réalisation des tâches en entreprise, respect des règles, du planning (CFA /Entreprise) et posture professionnelle exigée	Réception de l'accord de prise en charge de l'entreprise	Réalisation des fiches de paie et du paiement du salaire de l'apprenti(e) et de la déclaration DSN
7	Développement des compétences en entreprise et au CFA	Formation, évaluation des apprenti(e)s pendant la durée de la formation. Réalisation des visites en entreprises (Signature du livret d'apprentissage).	Accompagnement, formation et évaluation de la progression de l'apprenti(e) pendant la durée de la formation (complétude et suivi dans le livret d'apprentissage).
8		Organisation de réunions d'informations pour la préparations aux examens et l'aide au suivi de l'apprenti(e)	Présence et participation aux réunions



WWW.ESSOR-FORMATION.COM

TÉL. : 0594 31 96 32

ESSOR.CANDIDATURE@GMAIL.COM

**BTS MANAGEMENT
COMMERCIAL OPERATIONNEL
BAC+2 (NIVEAU 5)
RNCP 38362**

COMPETENCES DEVELOPPEES :
VENDRE, MANAGER LES EQUIPES,
REALISER LA GESTION
OPERATIONNELLE



Erasmus+

Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
Expérience dans le commerce
BAC validé

**Les modalités
de la formation :**

Formation en présentielle et
en alternance

**Les prochaines dates de
sessions :**

Septembre 2025 à juin 2027
avec mobilité ERASMUS + de 2
mois

**Les modalités d'accès à la
formation :**

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

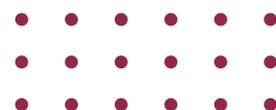
Les débouchés :

Les métiers de la vente
Les métiers du management et
de la gestion

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : **0594 31 96 32**

Notre site internet : www.essor-formation.com



BTS NEGOCIATION DIGITALISATION DE LA RELATION CLIENT BAC+2 (NIVEAU 5) RNCP 38368

COMPÉTENCES DEVELOPPÉES :
VENDRE
CONCEVOIR DES SITES
E-COMMERCE
ANIMER DES RÉSEAUX



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
Expérience dans le commerce
BAC validé

Les modalités de la formation :

Formation en présentielle et
en alternance

Les prochaines dates de sessions :

**Septembre 2025 à juin
2027**

Les modalités d'accès à la formation :

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

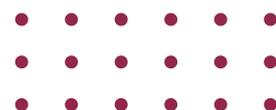
Les débouchés :

Les métiers de la vente
Les métiers du e-commerce

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : **0594 31 96 32**

Notre site internet : www.essor-formation.com



**BTS
SUPPORT A
L'ACTION
MANAGERIALE
BAC+2 (NIVEAU 5)
RNCP 38364**

COMPÉTENCES
DEVELOPPÉES :
GERER LES PROJETS ET LES
RESSOURCES HUMAINES ET
OPTIMISER LES PROCESSUS
ADMINISTRATIFS



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
Expérience dans le secrétariat
BAC validé

**Les modalités
de la formation :**

Formation en présentielle et
en alternance

**Les prochaines dates de
sessions :**

**Septembre 2025 à juin
2027**

**Les modalités d'accès à la
formation :**

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

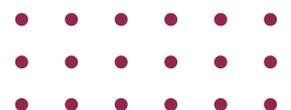
Les débouchés :

Les métiers du secrétariat
Les métiers de la ressource
humaine

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : **0594 31 96 32**

Notre site internet : www.essor-formation.com



BTS SERVICES ET PRESTATIONS DES SECTEURS SANITAIRE ET SOCIAL BAC+2 (NIVEAU 5)

RNCP 36939

COMPÉTENCES DEVELOPPÉES :
ACCOMPAGNER DES PARCOURS,
GERER DES PROJETS ET DES
STRUCTURES



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
Expérience dans le domaine de
l'accompagnement et du social
BAC validé

Les modalités de la formation :

Formation en présentielle et
en alternance

Les prochaines dates de sessions :

**Septembre 2025 à juin
2027**

Les modalités d'accès à la formation :

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

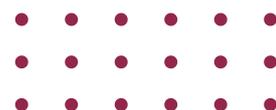
Les débouchés :

Les métiers relevant du champ
sanitaire et social

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : **0594 31 96 32**

Notre site internet : www.essor-formation.com



**TP ASSISTANT(E)
DE DIRECTION
BAC+2 (NIVEAU 5)
RNCP 38667**

COMPETENCES
DEVELOPPEES :
ASSISTER LA DIRECTION,
TRAITER L'INFORMATION,
ORGANISER DES
EVENEMENTS



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
et anglaise
Bon niveau en informatique
Expérience dans le secrétariat
BAC validé

**Les modalités
de la formation :**

Formation en présentielle et
en alternance
ou
Formation continue

**Les prochaines dates de
sessions :**

Début en octobre 2025

**Les modalités d'accès à la
formation :**

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

Payant en formation continue :
3500 euros

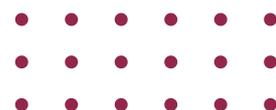
Les débouchés :

Les métiers du secrétariat

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com



TP ASSISTANT(E) IMPORT/EXPORT BAC+2 (NIVEAU 5) RNCP 38667

COMPETENCES
DEVELOPPEES :
ADMINISTRER LES VENTES ET
LES ACHATS, GERER LES
OPÉRATIONS LOGISTIQUES,
RÉALISER LE
DÉVELOPPEMENT
COMMERCIAL



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
et anglaise
Bon niveau en informatique
Expérience dans le secrétariat
BAC validé

Les modalités de la formation :

Formation en présentielle et
en alternance
ou
Formation continue

Les prochaines dates de sessions :

Début en mars 2025

Les modalités d'accès à la formation :

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
Posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

Payant en formation continue :
3500 euros

Les débouchés :

Les métiers du secrétariat, de la
logistique et du transport

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : **0594 31 96 32**

Notre site internet : www.essor-formation.com



TP CONCEPTEUR

DESIGNER UI

BAC+3 (NIVEAU 6)

RNCP 35634

COMPETENCES DEVELOPPEES :
CONCEVOIR DES ELEMENTS
GRAPHIQUES, REALISER ET
ANIMER DES SITES WEB

Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
BAC+2 validé

Les modalités d'accès à la formation :

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Les débouchés :

Les métiers de la
communication visuelle et du
marketing

Les modalités de la formation :

Formation en présentielle et
en alternance
ou
Formation continue

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com

Les prochaines dates de sessions :

Début en mars 2025

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

Payant en formation continue :
4000 euros



TP INFOGRAPHISTE METTEUR EN PAGE BAC (NIVEAU 4) RNCP 1267

COMPETENCES
DEVELOPPEES :
RÉALISER DES SUPPORTS
DE COMMUNICATION,
DÉVELOPPER LA STRATÉGIE
DE COMMUNICATION



Les pré-requis :

Bon niveau en langue française
Bon niveau en informatique
Avoir des compétences en
graphisme

Les modalités de la formation :

Formation en présentielle et
en alternance
ou
Formation continue

Les prochaines dates de sessions :

Début le 23 octobre 2024

Les modalités d'accès à la formation :

Remettre le dossier
d'inscription complet et
réaliser les tests de
positionnement

Critères de sélection :

Projet professionnel concret
posture professionnelle
Avoir une entreprise en
contrat d'apprentissage

Le coût de la formation :

Gratuit en contrat apprentissage
ou contrat de
professionnalisation

Payant en formation continue :
4000 euros

Les débouchés :

Les métiers de la
communication visuelle

Notre mail : essor.candidature@gmail.com

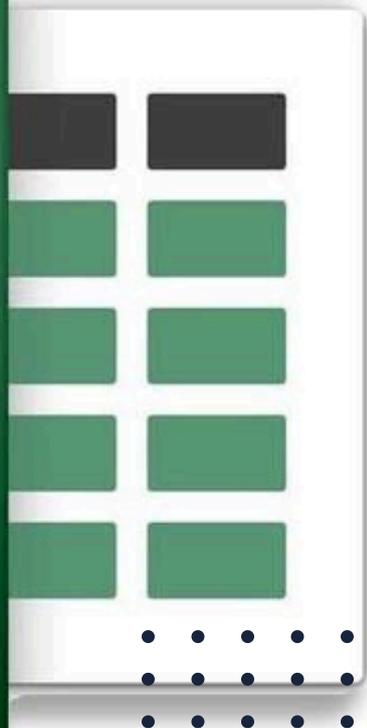
Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com



LES BASES DE L'INFORMATIQUE

COMPETENCES DEVELOPPEES :
WORD, EXCEL, INTERNET,
BOÎTE MAIL



Les prérequis :

Aucun

La durée :

4 jours de formation

Les modalités de la formation :

En présentiel

Les prochaines dates de sessions :

Mensuelle (à la demande)

Le délai d'accès à la formation :

1 à 2 semaines

Les modalités d'accès à la formation :

- Questionnaire analyse du besoin
- Test de positionnement

Public visé :

Salarié, demandeur d'emploi,
TPE/PME, association, créateur
d'entreprise, gérant d'entreprise...

Le coût de la formation :

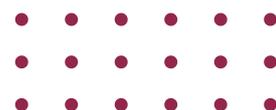
950 euros

Possibilité de financer la formation
via le pôle emploi et les OPCO.

Pour avoir le programme et s'inscrire à la formation :

Notre mail : essor.candidature@gmail.com - Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com



GÉRER LA
COMMUNICATION DIGITALE
D'UNE ENTREPRISE **VIA LES**
RÉSEAUX SOCIAUX
RS 6240

Réseaux Sociaux professionnels

Les prérequis :

- Maîtriser les savoirs de base de l'outil informatique
- Premier niveau de connaissance sur la navigation web
- Avoir un projet de communication digitale professionnel déjà mis en place ou non.

Les modalités de la formation :

30 heures : 100 % distanciel
+ 5 heures : Visio - synchrone
dédié à l'accompagnement et à
la préparation de la certification

Les prochaines dates de sessions :

A la demande

Le délai d'accès à la formation :

1 à 2 semaines

Les modalités d'accès à la formation :

- Questionnaire analyse du besoin
- Test de positionnement

Public visé :

Salarié, demandeur d'emploi,
TPE/PME, association, créateur
d'entreprise, gérant d'entreprise,
indépendant,
responsable/direction
communication, community
manager.

Le coût de la formation :

1900 euros

Possibilité de financer la formation
via le CPF, le pôle emploi et les
OPCO.

RÉSULTATS ATTENDUS :

Cette formation vous prépare à la certification «Gérer la communication digitale d'une entreprise via les réseaux sociaux» titre enregistré auprès du répertoire spécifique N°RS6240 par ALLOKOM ; valable jusqu'au 25/01/2026.

Pour avoir le programme et s'inscrire à la formation :

Notre mail : essor.candidature@gmail.com - Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com



Certification enregistrée au répertoire spécifique
RS 6240 - Organisme certificateur - ALLOKOM



COACHING DE MANAGER



Les pré-requis :

Avoir l'envie de remettre en question ses pratiques managériales et de progresser

Les modalités de l'accompagnement :

En présentiel et en distanciel

Les prochaines dates :

A définir en fonction des disponibilités du manager et du coach

Les modalités d'accès au coaching :

Suite à un accord avec l'entreprise ou une initiative personnelle

Durée du coaching :

1h30

Possibilité de faire un co- développement de

manager : 6 personnes
max

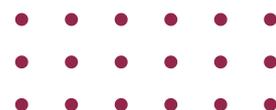
Le coût de l'accompagnement :

A partir de 180 euros / heure

Pour avoir plus de renseignements et un devis :

Notre mail : essor.candidature@gmail.com - Tél. : 0694 41 97 35

Notre site internet : www.essor-formation.com



OPTIMISER SES COMPETENCES MANAGERIALES



Les pré-requis :

Etre en poste
en tant que manager

Les modalités pédagogiques :

En présentiel

Les prochaines dates :

A définir

Les modalités d'accès à la formation :

Inscription du salarié à la formation.
Signature de la convention et du
devis de formation par l'employeur.

Durée de la formation :

28 heures

19 h : en collectif (6 séances)

9 h : en individuel (6 séances de 1h30)

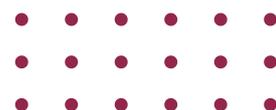
Le coût de la formation :

2500 euros

Pour avoir plus de renseignements et un devis :

Notre mail : essor.candidature@gmail.com - Tél. : 0594 31 96 32

Notre site internet : www.essor-formation.com



OPTIMISER SES COMPETENCES MANAGERIALES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de :

1. Communiquer sereinement au sein de vos équipes
2. Analyser votre pratique professionnelle
3. Accompagner vos équipes vers l'atteinte des objectifs de l'entreprise
4. Développer une posture managériale proactive et bienveillante.

LES MODALITÉ D'ÉVALUATION :

- 1 évaluation de diagnostic en début de formation afin d'évaluer les acquis des apprenants.
- Auto-évaluation constante de l'apprenant au cours des séances collectives et individuelles.
- 1 Evaluation de satisfaction en fin de formation.

LES TECHNIQUES D'ENCADREMENT DE LA FORMATION :

► Une formation avec un accompagnement individuel de 9h.

Lors des séances individuelles de 1h30, l'apprenant devra se munir d'un cahier et d'un stylo afin de favoriser la prise de note et d'évaluer sa progression.

► 19h de cours en collectif :

Le groupe d'apprenant analysera ses pratiques managériales par le biais du co-développement. Un thème spécifique et différent sera abordé à chaque séance en fonction des besoins identifiés en amont.

- ASSISTANCE : L'apprenant pourra communiquer avec le formateur/coach par WhatsApp.

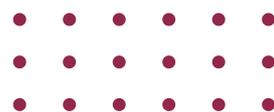
LE DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION :

2 semaines à 1 mois en fonction de la réception de l'accord de prise en charge de la part des OPCOS.

LES MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Les méthodes pédagogiques qui seront mises en œuvre dans ce programme de formation sont les suivantes :

- La méthode active, l'apprenant coconstruit son savoir avec ses pairs.
- La méthode interrogative est utilisée pendant les séances collectives et individuelles pour amener l'apprenant à analyser ses pratiques professionnelles.



OPTIMISER SES COMPETENCES MANAGERIALES

LE PROGRAMME DE LA FORMATION :

Les séances s'appuient sur la méthodologie de co-développement professionnel, alternant présentation de cas concrets et échanges constructifs.

- **Séance 1 : Lancement et cadrage (4 heures) -**
- **Thème : cohésion d'équipe**
 - Présentation du programme et des objectifs de la formation.
 - Introduction à la méthode de co-développement (rôles, étapes, règles du jeu).
 - Identification des thématiques prioritaires à travailler.
 - Étude de cas sur des situations de cohésion d'équipe.
 - Échange de pratiques sur l'optimisation de la cohésion au sein de l'entreprise.
- **Séance 2 :**
- **Thème : Communication et posture managériale (4 heures)**
 - Étude de cas sur des situations de communication délicates.
 - Échange de pratiques sur l'écoute active et le feedback constructif.
- **Séance 3 :**
- **Thème : Gestion des conflits (3 heures)**
 - Analyse de cas sur la résolution de conflits.
 - Partage de stratégies pour résoudre les conflits.
- **Séance 4 :**
- **Thème : Prise de décision et délégation (3 heures)**
 - Cas pratiques sur la prise de décision collaborative.
 - Échanges sur les freins et leviers de la délégation efficace.
- **Séance 5 :**
- **Thème : Motivation et engagement des collaborateurs (3 heures)**
 - Partage d'outils pour renforcer l'engagement.
 - Étude de cas sur la reconnaissance et la gestion des talents.
- **Séance 6 :**
- **Evaluation : Synthèse et plan d'action individuel (2 heures)**
 - Retour sur les apprentissages collectifs.
 - Élaboration d'un plan d'action individuel ou collectif

LES SÉANCES DE COACHING INDIVIDUEL (9 HEURES).

Les séances de coaching visent à approfondir les problématiques propres à chaque participant. 6 séances de 1h30 seront programmées de la façon suivante :

- **Séance 1 : Diagnostic individuel (1h30)**

Identification des forces, des défis et des attentes du participant.
Définition d'un objectif clair pour le coaching.

- **Séance 2 à 5 : Accompagnement sur une problématique clé (1h30)**

Analyse approfondie d'une situation spécifique rencontrée par le participant.
Développement de stratégies adaptées à sa situation.

- **Séance 6 : Évaluation et consolidation (1h30)**

Retour sur les actions mises en œuvre entre les séances.
Révision du plan d'action et des outils acquis.

