YANNICK LE MEUR

Consultant-Formateur • Formateur Ennéagramme

Orthez (64) • Nouvelle-Aquitaine, Pays Basque, Landes

CATALOGUE DE FORMATIONS

Interventions en entreprise

8 fiches pédagogiques

YANNICK LE MEUR

Consultant-Formateur • Formateur Ennéagramme

★★★★★ 5/5 — Google • Existence.fr • LinkedIn

Orthez (64) • Nouvelle-Aquitaine, Pays Basque, Landes

CATALOGUE DE FORMATIONS

Interventions en entreprise

8 fiches pédagogiques

Informations légales
SIRET : 519 646 525 00039
NDA : 75640558364
Préfet de Nouvelle-Aquitaine
Non assujetti à la TVA (art. 293B CGI)

FICHE 01

Formation au tutorat

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable d'accompagner et de former un apprenant ou un nouveau collaborateur dans son parcours d'intégration ou de montée en compétences, en assurant un suivi individualisé et structuré.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Identifier les besoins de l'apprenant et adapter son accompagnement en fonction du profil, des acquis et du rythme d'apprentissage.
- Mettre en place un plan de tutorat formalisé avec des étapes, des jalons et des outils de suivi des progressions.
- Utiliser des techniques de questionnement, de feedback constructif et de valorisation pour maintenir la motivation de l'apprenant.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation présentielle (2 jours). Apports théoriques et mises en situation.
Étude de cas, jeux de rôle. Remise d'un guide du tuteur.
Formation de suivi en distanciel (1 demi-journée à 3 mois).

PUBLIC VISÉ

Salariés expérimentés désignés ou volontaires pour devenir tuteurs :
maîtres d'apprentissage, référents de terrain, chefs d'équipe, managers de proximité.

SUIVI

Bilan à 3 mois avec le tuteur et le RH.
Grille d'auto-évaluation du tuteur.
Enquête de satisfaction de l'apprenant.

FICHE 02

Formation de formateurs•trices internes

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable de concevoir, animer et évaluer des actions de formation internes adaptées aux besoins de son organisation, en transmettant efficacement ses savoir-faire métier.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Concevoir un module de formation structuré (objectifs pédagogiques, progression, supports, évaluation) à partir d'une situation de travail réelle.
- Animer une séquence pédagogique en mobilisant des techniques variées (exposé interactif, démonstration, exercices pratiques) adaptées au public adulte.
- Évaluer les acquis des apprenants à l'aide d'outils appropriés et ajuster sa pratique en fonction des retours.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation mixte - 2 jours consécutifs + 4 demi-journées + 2 jours consécutifs.

Alternance d'apports, micro-animations entraînées, feedbacks croisés entre pairs.

Travaux intersessions : conception d'un module sur son métier.

Remise d'une boîte à outils du formateur interne.

PUBLIC VISÉ

Experts métiers, techniciens, managers ou tout collaborateur identifié pour transmettre une compétence clé en interne.
Aucun prérequis pédagogique requis.

SUIVI

Évaluation à chaud et à froid (30 jours).

Communauté de pratique des formateurs internes.

FICHE 03

Formation en gestion du stress

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable d'identifier ses sources de stress au travail et de mobiliser des stratégies concrètes pour réguler ses réponses physiologiques et comportementales, afin de préserver sa santé et son efficacité professionnelle

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Reconnaître les signes physiologiques, cognitifs et comportementaux du stress et en identifier les déclencheurs personnels et professionnels.
- Appliquer des techniques de régulation immédiate (respiration, ancrage corporel, restructuration cognitive) dans des situations de pression.
- Mettre en place une routine personnelle de prévention du stress adaptée à son contexte de travail.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation présentielle (2 jours).

Apports psycho-éducatifs, exercices pratiques (respiration, pleine conscience).

Travaux en sous-groupes, partages d'expériences.

Carnet personnel de bord. Suivi optionnel en distanciel.

PUBLIC VISÉ

Tout salarié soumis à des situations de pression régulière : personnels en contact avec le public, managers, équipes soumises à des délais ou des charges élevées.

SUIVI

Questionnaire d'auto-évaluation avant/après formation.
Bilan individuel à 6 semaines.
Possibilité de séance de coaching individuel

FICHE 04

Formation en gestion des émotions

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable de reconnaître, comprendre et réguler ses émotions dans les interactions professionnelles, afin d'améliorer la qualité relationnelle, la prise de décision et le bien-être au travail.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Identifier et nommer ses émotions en situation professionnelle, et en comprendre les messages et les déclencheurs.
- Utiliser des techniques de régulation émotionnelle (recadrage cognitif, expression assertive, distanciation) pour éviter les réactions impulsives.
- Adapter sa communication en prenant en compte les états émotionnels des interlocuteurs pour favoriser des échanges constructifs.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation présentielle (2 jours).

Apports théoriques (intelligence émotionnelle, neurosciences appliquées).

Mises en situation, jeux de rôle, exercices de pleine conscience.

Espace d'expression sécurisé et bienveillant.

PUBLIC VISÉ

Tout salarié soumis à des situations de pression régulière :
personnels en contact avec le public, managers,
équipes soumises à des délais ou des charges élevées.

SUIVI

Questionnaire d'auto-évaluation avant/après formation.
Bilan individuel à 6 semaines.
Possibilité de séance de coaching individuel

FICHE 05

Formation en gestion du temps

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable d'organiser son activité professionnelle de façon efficace et sereine, en priorisant ses tâches et en gérant les interruptions, afin de gagner en productivité et de réduire la surcharge perçue.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Analyser son rapport au temps et identifier ses principales sources de perte de temps et de procrastination dans son contexte de travail.
- Appliquer des méthodes de priorisation pour organiser sa journée et sa semaine de travail.
- Mettre en place des outils et des rituels personnels (planification hebdomadaire, gestion des emails, délimitation des plages de travail profond) pour ancrer de nouvelles habitudes.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation présentielle (2 jours).

Diagnostic individuel de ses habitudes, apports pratiques.

Exercices d'application directe sur ses propres tâches.

Travail sur des outils concrets (agenda, to-do list, outils numériques).

Co-construction du plan d'action personnel.

PUBLIC VISÉ

Tout salarié souhaitant améliorer son organisation personnelle : managers multi-tâches, profils autonomes, collaborateurs en télétravail ou en situation de surcharge.

SUIVI

Audit de temps réalisé en amont (journal d'activité sur 5 jours).
Plan d'action individuel rédigé en fin de formation.
Bilan collectif à 6 semaines.
Accès à une boîte à outils numérique (templates, checklists).

FICHE 06

Formation Ennéagramme

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Mieux réguler ses comportements dans son environnement professionnel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Discerner les 9 grands profils de personnalité
- Identifier les aptitudes comportementales et les limites de son mode de fonctionnement
- Définir des axes de progression à mettre en œuvre dans sa vie professionnelle

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation présentielle (2 jours + 1 jour).

Apports théoriques, travail en binôme et en sous-groupes

Exercices interactifs, mises en situation, cas pratiques, visionnage de témoignages vidéos, brainstorming, travaux manuels.

PUBLIC VISÉ	SUIVI
Dirigeants, managers, salariés et personnes à la recherche d'un emploi	Questionnaire d'auto-évaluation après formation. Bilan à 1 mois Possibilité de séance de coaching individuel

FICHE 07

Analyse de pratique professionnelle

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Être capable de prendre du recul sur ses pratiques professionnelles en les analysant de manière structurée et collective, afin d'identifier les ressources mobilisées, les points d'amélioration et de développer une posture réflexive durable au service de sa progression

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Décrire et analyser une situation professionnelle vécue en mobilisant un cadre méthodologique structuré (description des faits, ressenti, hypothèses, alternatives) pour en dégager des apprentissages transférables.
- Développer une écoute active et une posture bienveillante au sein du groupe pour contribuer à l'analyse des situations exposées par les pairs, sans jugement ni conseil prématuré.
- Identifier ses propres schémas de fonctionnement récurrents, ses zones de confort et ses zones de développement, et formaliser des pistes d'action concrètes pour faire évoluer sa pratique.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Séances collectives en présentiel ou distanciel (3h par session).

Protocole structuré

Outils mobilisés : grille de description de situation, roue des émotions, concepts universitaires

PUBLIC VISÉ

Tout professionnel exerçant un métier relationnel ou à responsabilité :
managers, formateurs, tuteurs, éducateurs, travailleurs sociaux, soignants, RH, enseignants, encadrants de terrain.
Groupes de 6 à 12 personnes, de préférence homogènes

SUIVI

Séances récurrentes sur 6 à 12 mois (mensuelle ou bimestrielle).
Journal de bord individuel entre les séances.
Bilan collectif en fin de cycle.

FICHE 08

Journée cohésion d'équipe

OBJECTIF PROFESSIONNEL

Vivre une expérience collective engageante et significative qui renforce les liens entre collaborateurs, améliore la qualité des relations au travail et redonne de l'élan à l'équipe — en alliant plaisir, connaissance de soi et ancrage dans le réel.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Mieux se connaître entre collègues en découvrant les profils, modes de fonctionnement et ressources de chacun, pour dépasser les malentendus et renforcer la coopération au quotidien.
- Expérimenter collectivement des situations inédites (mouvement, nature, jeu, échange) pour créer de nouveaux repères relationnels en dehors du cadre hiérarchique habituel.
- Repartir avec des clés concrètes pour améliorer la communication, lever les tensions latentes et maintenir dans la durée la dynamique positive créée lors de la journée.

Modalités & formats

•Demi-journée (3h) / journée (6h-7h) — Du format découverte à l'expérience plus profonde. Alternance d'activités, d'échanges et de temps de débrief
•Sur mesure — chaque intervention est co-construite avec vous en amont pour s'adapter aux enjeux spécifiques de l'équipe, au contexte et aux contraintes logistiques.
•Intervention en intérieur ou en extérieur, en Nouvelle-Aquitaine, Pays Basque, Landes, ou en déplacement selon la demande.

Ateliers cohésion & communication
Exercices collectifs de confiance, d'écoute active et de coopération. Mises en situation déclenchant les dynamiques d'équipe, suivies de debriefs facilitées pour ancrer les apprentissages.

Activités nature & plein air
Balades, défis en extérieur, expériences sensorielles en pleine nature. Sortir du bureau pour retrouver une qualité de présence, décompresser ensemble et recharger les batteries collectivement.

PUBLIC VISÉ

Tout type d'équipe : PME, grands groupes, associations, collectivités, services RH. Aussi bien pour des équipes en difficulté relationnelle que des équipes performantes souhaitant consolider leur cohésion. De 6 à 30 participants.

SUIVI

Débrief collectif en fin de journée pour ancrer les apprentissages. Synthèse écrite remise au commanditaire (points forts, axes de travail, recommandations). Possibilité de suivi RH ou d'ateliers de renforcement à 3 mois.

Sur – mesure

La formation est, aujourd'hui, reconnue comme un levier pour les entreprises, ainsi il me semble essentiel que celle-ci réponde aux besoins des salarié-e-s.

En tant qu'ingénieur pédagogique et formateur de métier, je suis à votre écoute pour toutes créations de formations qui pourraient correspondre à ces besoins.

A travers ce catalogue de formations, vous aurez pu identifier que mon expertise se trouve dans l'accompagnement du changement et dans les dynamiques humaines et relationnelles.

Yannick Le Meur

Consultant-Formateur • Formateur Ennéagramme - Orthez (64) • Pays Basque, Landes, Nouvelle-Aquitaine

Humaniste passionné, centré sur l'Humain et les relations humaines depuis l'adolescence, Yannick Le Meur conjugue une solide expérience de terrain et un haut niveau de formation académique pour accompagner les individus et les organisations dans leur développement.

Son parcours débute comme éducateur sportif et directeur de séjours jeunes, avant de se professionnaliser via des formations universitaires et certifiantes. Sa démarche est toujours la même : expérimenter sur le terrain, puis théoriser et transmettre.

Compétences clés pour l'entreprise de demain

Transmission & ancrage	Double légitimité universitaire (andragogie) et terrain. Pédagogie structurée qui favorise le transfert en situation réelle, au-delà de la salle de formation.
Coopération & relation	Comprendre les différences de profils et désamorcer les points de blocage entre personnalités. Clé de la performance collective dans les équipes hybrides et multigénérationnelles.
Connaissance de soi	Leadership authentique fondé sur la clarification de son propre style. Permet aux managers et collaborateurs d'agir avec plus d'alignement, de cohérence et d'impact.
Résilience & gestion du stress	Approche psycho-corporelle qui agit sur les ressorts profonds, au-delà des simples techniques de surface. Reconnue comme efficace dans les témoignages clients.
Sécurité psychologique	Unanimement reconnu pour sa bienveillance et sa capacité à créer un espace d'apprentissage sécurisant — 1er facteur de performance des équipes selon le projet Aristote de Google.
Intelligence émotionnelle	Identifier, comprendre et réguler ses émotions en situation professionnelle. Les participants rapportent une meilleure compréhension de leurs mécanismes émotionnels et un rapport apaisé aux tensions.

Approche pédagogique

- Méthode interactive et collective, fondée sur la tradition orale et le travail en groupe
- Pédagogie bienveillante, sans jugement, favorisant un climat d'ouverture et l'émergence de chacun
- Allie apports théoriques, exercices pratiques et partages d'expériences vécues
- Outils mobilisés : Ennéagramme, coaching, Photolangage, techniques de relaxation, créativité
- Interventions en présentiel, distanciel ou formats hybrides

"Sa façon bienveillante, subtile et ludique de questionner nos façons d'agir permet d'arriver à la découverte de son type de personnalité. Les modes de fonctionnement des différentes personnalités ont été une véritable révélation."

- Participant - stage Ennéagramme, Existence.fr

"Yannick est un formateur exceptionnel : passionné, clair, profondément humain. Il transmet avec une pédagogie fluide, des exemples concrets et beaucoup d'humour. On sent qu'il maîtrise son sujet. Son approche est à la fois structurée et bienveillante. "

- Asmaa - Stage Ennéagramme, Google