



Point Virgule

Faites émerger votre potentiel



Point Virgule | Organisme de formation
Accompagnement en développement professionnel

Formatrice
Sophrologue
Formatrice SPARC résilience
Accompagnatrice en développement
professionnel et personnel
Praticienne en psychologie positive appliquée au travail



Laure Theoleyre

Créatrice de Point-virgule

Le point-virgule sert à fixer davantage l'attention sur les diverses nuances qui composent une pensée. Il permet de faire une pause intermédiaire, de prendre une respiration.

Domaines d'expertises et thématiques

Recherches d'emploi, de formation et insertion	Développement professionnel et personnel
<p>Savoir-être professionnels : individuel, collectif, entreprise</p> <p>Définir un projet professionnel, un projet de formation</p> <p>Préparation à l'entretien d'embauche : compétences, atouts/ forces, faiblesses</p> <p>Préparer sa présentation orale Gestes et postures en entretien</p> <p>Rédaction CV et lettre de motivation Communication : verbale, non-verbale</p>	<p>Confiance et estime de soi Apprendre à se connaître</p> <p>Gestion du stress /Gestion des émotions</p> <p>Communication bienveillante/assertivité</p> <p>La résilience</p> <p>Bien-être au travail, Psychologie positive (appliquée au travail)</p> <p>Sophrologie/ PNL</p>
Animation et travail social	Management
<p>Méthodologie de projets</p> <p>Les courants pédagogiques</p> <p>Les différents publics</p> <p>Créer une animation</p> <p>Animer un groupe</p>	<p>La communication</p> <p>Gestion des conflits</p> <p>Organisation d'une réunion</p> <p>Travailler en équipe/ fédérer</p> <p>Softskills/ forces</p> <p>Psychologie positive en management</p>

Mes objectifs :

Révéler les talents et permettre de gagner en confiance. Donner la possibilité aux personnes de s'appuyer sur leurs ressources, leurs potentiels, leurs valeurs, pour trouver des solutions et se développer tant au niveau professionnel que personnel.

Déceler les forces qui permettent de dépasser les difficultés, d'être créatif, proactif, efficace.

Comment ?

Formations, ateliers, stages en présentiel ou à distance, je vous propose du sur mesure ! En groupe et/ou en individuel je privilégie une pédagogie participative, déductive et ludique. J'utilise toutes sortes de supports et d'outils connus dans la formation : power-point, brainstorming, photo-langage, jeux, auto-évaluation, mise en situation, travail en groupe et sous-groupe, débats...sans oublier les apports théoriques, le fond documentaires et la transmission d'outils concrets pour les apprenants.

Qui suis-je ?

Une pédagogue passionnée et bienveillante, forte de 20 ans d'expériences dans les secteurs de l'animation socioculturelle, du travail social, de l'économie sociale et solidaire, de la formation professionnelle. J'ai développé une multitude de projets, travaillé en équipe pluridisciplinaire et accompagné différents publics.

J'ai toujours aimé transmettre, communiquer et apprendre, c'est pourquoi je me suis formée tout au long de ma carrière. Aujourd'hui, je suis pleinement investie dans la mission que je me suis donnée : réfléchir à ce que j'ai à offrir au monde et à la manière dont je peux nourrir les autres.

Ma particularité :

Je suis une optimiste née !

J'ai toujours à cœur de trouver les solutions et suis persuadée qu'il y a toujours une issue possible. Quelle qu'elle soit, elle nous apprend, elle nous fait grandir !

En 2019, je me suis formée en psychologie positive appliquée au travail et cette expérience m'a confirmé qu'être positif est un atout, donne de l'énergie. Aujourd'hui, grâce aux recherches scientifiques et aux neurosciences nous sommes en capacité de démontrer l'efficacité des techniques et outils que cette discipline propose. Son objectif et le mien est de découvrir, de promouvoir les facteurs qui permettent aux individus, aux organisations et aux institutions de réaliser pleinement leurs futurs potentiels.

Expériences en tant que formatrice

	Titre de la formation dispensée Nombre de séances	Public	Commanditaire
2021	Atelier de sophrologie 10 séances	Personnel soignant et éducatif	Foyer pour personnes handicapées : Handi aide.
2021	Atelier mieux être : sophrologie, psychologie positive 10 ateliers	Personnes en rupture	Centre social et de prévention de Figeac
2021	Formation en ligne : SPARC Résilience 8 séances	Tous public	Point-virgule
2021	L'entreprise pourquoi pas moi ? (2 sessions)	Salariés ESAT	Etre formation
2021	Etre acteur du CVS au quotidien (8 sessions)	Salariés ESAT	Etre formation/ Action régionale ESAT unifaf
2021	Coaching	Stagiaire formation sanitaire	GRETA Figeac
2021	Projet pro module « communication et confiance en soi » 5 groupes	Demandeurs d'emploi	GRETA Cahors
2020	Atelier « Communiquer avec bienveillance »	Jeunes travailleurs	ANRAS
2020	Projet-pro, module « communication, confiance en soi » 5 groupes	Adultes	GRETA
2020	Etre acteur du CVS au quotidien (8 sessions)	Salariés ESAT	Etre formation/ Action régionale ESAT unifaf
2018-2020	Valoriser son image professionnelle / savoir-être professionnels (18 sessions) Evaluation Cléa (3 sessions) Ateliers de technique de retour à l'emploi : cv, lettre de motivation, candidature spontanée, ... (15 ateliers)	Demandeurs d'emploi	CIBC/Pole emploi
2019	Atelier startup de territoire	Tout public	Figeacteur
2019	Atelier psychologie positive appliquée au travail	Jeunes travailleurs	ANRAS /Résidence habitat jeunes
2019	Conférence : « psychologie positive appliquée au travail, mais pas que ! »	Tout public	Café associatif L'arrosoir

Laure THEOLEYRE

20 ans d'expérience

CONSULTANTE
ET FORMATRICE

LOT



Diplôme

Sophrologie et PNL (2020-2021) En cours.
Sophrocap academy, Clermont-ferrand.

DEJEPS Niveau III
Spécialité socio-éducative
Mention : Développement de projets,
territoire et réseaux
UFCV, Clermont Ferrand (2012)

Formations continues

Formation de formateur résilience
Positran (2020) programme SPARC

Certification de praticienne en psychologie
positive appliquée au travail- *Positran- (2019)*

Formation Excel (tableau dynamique,
croisé,...)- *Cyber base Figeac (2019)*

Formation Ennéagramme- (2018)

Participation à un groupe de pratique en
Communication Non Violente (méthode
Marshall Rosenberg) (2017, un week-end par
mois)

Certificat de Compétences de citoyens de
sécurité civile. *Pompiers de Figeac (PSC1)
(2010)*

BAFA. *Céméa Toulouse (2009)*

Coordonnées :

Laure Theoleyre
Le bourg
46100 Boussac

06.84.38.63.73.

laure.theoleyre@gmail.com

DOMAINES DE COMPETENCES

Accompagnement/animation de formations

Accompagnement en individuel et collectif de publics différents (jeunes, familles, adultes, en situation de handicap...)
Techniques d'animation/ méthodologie de projet
Conception de programmes de formation, de supports pédagogiques, d'outil d'évaluation,
Aide à la recherche d'emploi : CV, lettres de motivation, ciblage d'entreprises, utilisation de l'espace Pôle Emploi, de l'emploi store et des réseaux sociaux professionnels, information et conseil VAE
Animation d'ateliers, d'échange de pratiques professionnelles, en développement personnel (Communication Non Violente, gestion des conflits, confiance en soi)
Animation de formation « Valoriser Son Image », savoir-être Professionnels, préparation à la recherche d'offre et à l'entretien.
Habilité Pôle Emploi VSI et atelier TRE

Responsable d'équipe

Accueil et accompagnement des salariés dans leur prise de fonction et dans leur évolution professionnelle (entretiens d'évaluation, régulation, médiation, besoin de formations...)
Gestion des recrutements
Gestion d'un personnel issu de la sous-traitance
Animation de réunions pédagogiques
Tutorat d'étudiants en carrières sociales option animation et d'étudiants en BPJEPS

Travail en réseau et partenariat

Pilotage de projets, contrôle qualité
Gestion de contrats, conventions
Relations avec les partenaires
Elaboration d'enquête de satisfaction
Organisation des activités et planification des moyens
Travail en réseau et partenariat

EXPERIENCES

2020-2021	FORMATRICE INDEPENDANTE
2018-2020	CONSULTANTE/FORMATRICE <i>CIBC AgirE, Cahors, Figeac</i>
2014-2018	CHARGE DE VIE SOCIALE EN RESIDENCE HABITAT JEUNES <i>Anras, Figeac</i>
2004-2014	ANIMATRICE SOCIO-CULTURELLE <i>Communauté de Commune, Figeac</i>
2011-2014	COORDINATRICE PLATE-FORME A PROJETS <i>Communauté de commune, Figeac</i>
2013	JURY BPJEPS <i>Communauté de commune, Figeac</i>
2012	FORMATRICE VOLONTAIRE BAFA <i>UFCV Auvergne</i>
2004	ANIMATRICE <i>Hôpital de Rodez</i>
2003-2004	SURVEILLANTE <i>Lycée agricole La Vinadie</i>
2002	ANIMATRICE EN ACCUEIL DE JOUR <i>Adar, Figeac</i>

BENEVOLAT

2019	Présidente et bénévole au sein de l'association Fluorescence. Intervention en psychologie positive appliquée au travail.
2019	Animation d'atelier : startup de territoire.
2020	Conseillère municipale au sein de la commune de Boussac (200 habitants).

Extraits de power point, conférence « Psychologie positive appliquée au travail mais pas que ! » et d'un module sur la confiance en soi.

Mais d'où ça vient?

Plutôt que de « réparer ce qui fonctionne mal », la psychologie positive « développe ce qui est fort ».



Développe les bonnes choses



Stoppe les mauvaises choses

Le biais de la négativité

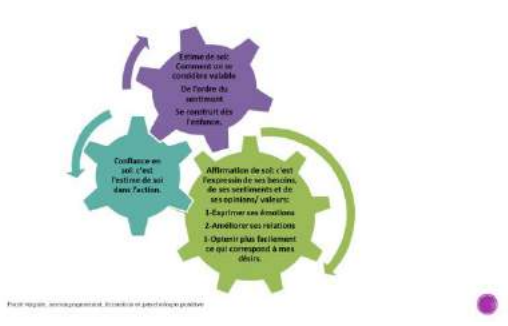
« Câblé pour être négatif » :

- C'est la position par défaut des cerveaux.
- Nous privilégions l'information négative
- Livrés à nous-mêmes, nous nous inquiétons
- L'émotion négative l'emporte toujours sur l'émotion positive (ratio)
- Perte de l'argent, être abandonné par ses amis et recevoir des critiques ont plus d'impact que gagner de l'argent, avoir des amis et recevoir des éloges [Baumeister, 2001]

CONFIANCE EN SOI ET COMMUNICATION

Animée par:
Lauro Theoleyre

thérapie, accompagnement, formation et psychologie positive

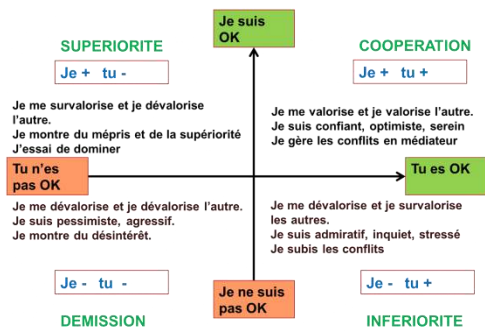
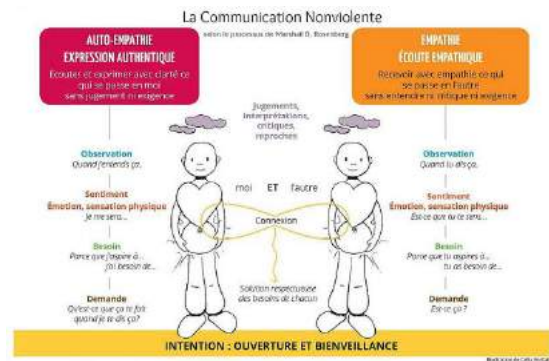
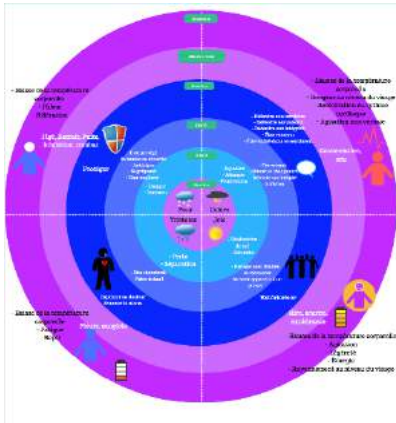


Exemples d'outils :

Tableau de résilience

Les personnes qui m'aiment, me soutiennent et qui peuvent m'aider J'ai	Les expériences et les activités que j'aime J'aime
Les forces sur lesquelles je peux m'appuyer Je suis	Les problèmes que j'ai résolus. Ce que j'ai appris de mes erreurs Je peux





POINT VIRGULE | ORGANISME DE FORMATION
Accompagnement en développement
professionnel - DataDock

Laure Theoleyre
Créatrice de POINT VIRGULE et Formatrice
laure.theoleyre@gmail.com
06.84.38.63.73

www.point-virgule.net