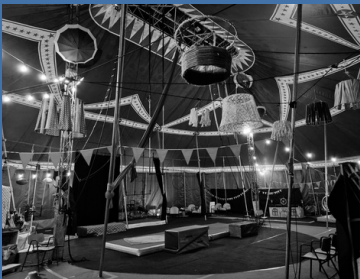




# CATALOGUE DE FORMATIONS 2025 - 2026



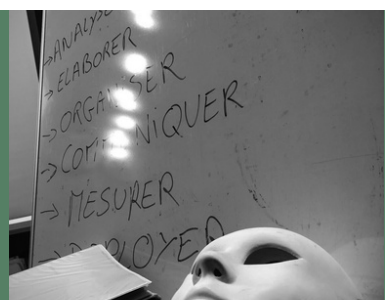
## ACCOMPAGNEMENT/ MÉDIATION



## COHÉSION D'ÉQUIPE



## AUTO - DÉTERMINATION



## RÉFÉRENT SANTÉ, SÉCURITÉ ET QVCT

Association Héka

Siret: 50367786600017

APE: 9499Z



06 62 90 61 39



<https://associationheka.wixsite.com/cirqueheka>



[associationheka@gmail.com](mailto:associationheka@gmail.com)

Enregistrée auprès  
de la Région Centre  
Val de Loire sous le  
n°24 37 03561 37.



# > ACCOMPAGNEMENT / MÉDIATION



## OBJECTIFS

Cette formation vise à former le stagiaire à faciliter l'accompagnement des personnes avec un support de médiation.

► Être capable de :

- Définir et expliquer la notion de médiation dans le cadre de l'accompagnement d'une personne ou d'un groupe et dans le cadre de l'éducation thérapeutique du patient (ou usager)
- Comprendre les enjeux théoriques et pratiques d'un atelier de médiation avec différents publics
- Travailler sur la relation soignant/patient ou encadrant / usager
- D'utiliser son corps dans l'espace
- Réaliser des recherches de financements



## DÉLAIS D'ACCÈS

6 mois



## PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire



## DURÉE

21h /7h par jour /**3 jours**

*(Temps de repas commun pris en compte)*



## HORAIRES

9H30 - 12H/  
13H30 - 16H30



## TARIF

650€ / pers.  
éligible au CPF /  
OPCO

*( TVA non applicable, article 293B du CGI )*



## LIEU

Sur le site de la  
Cle Héka

**OU**

Sur votre  
établissement



## LOGEMENT

Possibilité d'hébergement sur place avec logements atypiques à disposition



## PUBLIC

-> Demandes institutionnelles / entreprises

-> Salariés / demandeurs d'emploi issus des secteurs du social, de la santé et du spectacle



## NOMBRE DE PARTICIPANTS

2 à 8 personnes



## ACCESSIBILITÉ

Accessible et aménageable pour les personnes en situation de handicap.

Référent Handicap : Clément  
DELATTRE  
( 06.81.90.18.86 )



# COHÉSION D'ÉQUIPE



## OBJECTIFS

Les objectifs sont adaptables à chaque projet et sont donc destinés à être ajustés afin de correspondre aux mieux à votre demande.

Voici une liste de référence :

- Renforcer la cohésion d'équipe
- Améliorer la communication
- Développer le leadership
- Stimuler la réflexion collective
- Promouvoir le bien-être
- Faciliter la prise de décision collective
- Améliorer la qualité et la sécurité
- Améliorer l'accompagnement du public



## DÉLAIS D'ACCÈS

4 mois



## PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire



## DURÉE

Formule adaptable, minimum 7h sur une journée jusqu'à 14h sur 2 jours avec possibilité d'hébergement sur place

*(Temps de repas commun pris en compte)*



## HORAIRES

9H30 - 12H / 13H30 - 16H30



## TARIF

Tarif variable selon la formule, de 130 à 150€/personne/jour éligible aux OPCOs

*( TVA non applicable, article 293B du CGI )*



## LIEU

Sur le site de la Cle Héka  
**OU**  
Sur votre établissement



## LOGEMENT

Possibilité d'hébergement sur place avec logements atypiques à disposition



## PUBLIC

Demandes institutionnelles / entreprises



## NOMBRE DE PARTICIPANTS

2 à 15 personnes



## ACCESSIBILITÉ

Accessible et aménageable pour les personnes en situation de handicap.

Référent Handicap :  
Johann ELAIN  
( 06.62.90.61.39 )



# AUTO-DÉTERMINATION



## OBJECTIFS

Cette formation vise à former le stagiaire à gérer son stress et ses émotions

Être capable de :

- Gérer son corps dans l'espace
- Gérer son stress face à la nouveauté
- Avoir confiance en soi et en l'autre
- S'affirmer et soigner sa posture et son élocution
- Appliquer des exercices de sophrologie de manière autonome



## DÉLAIS D'ACCÈS

6 mois



## PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire



## DURÉE

35h /7h par jour /**5 jours**

*(Temps de repas commun pris en compte)*



## HORAIRES

9H30 - 12H/  
13H30 - 16H30



## TARIF

1050€ / pers.  
éligible au CPF /  
OPCO

*( TVA non applicable, article 293B du CGI )*



## LIEU

Sur le site de la Cie Héka  
**OU**  
Sur votre établissement



## LOGEMENT

Si la formation se déroule sur le site de la Cie Héka, possibilité d'hébergement sur place avec logements atypiques à disposition



## PUBLIC

- > Demandes institutionnelles / entreprises
- > Salariés / demandeurs d'emploi issus des secteurs du social, de la santé et du spectacle
- > Travailleurs d'ESAT



## NOMBRE DE PARTICIPANTS

8 à 12 personnes



## ACCESSIBILITÉ

Accessible et aménageable pour les personnes en situation de handicap.

Référent Handicap : Johann ELAIN  
( 06.62.90.61.39 )





# RÉFÉRENT SANTÉ, SÉCURITÉ ET QVCT



## OBJECTIFS

Certification visant à accompagner les collaborateurs dans les établissements pour travailler dans des conditions favorables et pour limiter tout ce qui est facteur de stress voire d'épuisement professionnel

Développer leurs compétences en lien avec la gestion des activités de protection et de prévention des risques professionnels au travail

- Analyser les principaux signes d'alertes en lien avec la qualité de vie au travail de l'établissement
- Elaborer des prototypes d'actions QVCT et sécurité à expérimenter
- Organiser la mise en place des actions expérimentales QVCT choisies
- Accompagner les personnes concernées par l'expérimentation QVCT
- Mesurer l'efficacité des actions QVCT mises en place
- Déployer la démarche QVCT expérimentée

*Les médiations artistiques et sophrologiques faciliteront l'acquisition des connaissances nécessaires*



## DÉLAIS D'ACCÈS

1 mois



## PRÉREQUIS

1 an d'expérience en tant que travailleur, appétence pour les risques psycho-sociaux et professionnels.

Le + : avoir un projet d'engagement dans son établissement



## LOGEMENT

Si la formation se déroule sur le site de la Cie Héka, possibilité d'hébergement sur place avec logements atypiques à disposition



## DURÉE

21h de formation  
+ 7h d'évaluation sur **5 jours**



## HORAIRES

9H30 - 12H/ 13H30 - 16H30



## TARIF

1800€ / pers.

éligible au CPF /  
OPCOs

( TVA non applicable, article 293B du CGI )



## LIEU

Sur le site de la Cie Héka **OU**  
Sur votre établissement



## PUBLIC

Salariés ou travailleurs d'ESAT souhaitant s'inscrire dans une démarche d'amélioration QVCT au sein de son établissement



## NOMBRE DE PARTICIPANTS

6 à 12 personnes



## ACCESSIBILITÉ

Accessible et aménageable pour les personnes en situation de handicap.

*Johann ELAIN*  
( 06.62.90.61.39 )

