

HÉKA ?

CATALOGUE DE FORMATIONS 2025 - 2026



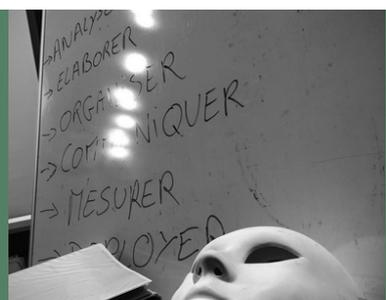
ACCOMPAGNEMENT/ MÉDIATION



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

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**



PUBLIC

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



HORAIRES

9H30 - 12H / 13H30 - 16H30



TARIF

1800€ / pers.
éligible au CPF / OPCOs

(TVA non applicable, article 293B du CGI)



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)*



LIEU

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