



l'AssO  
vos talents



# LA TEAM

>>> INTERVENANTS EXPERT



**David**

photo et numérique



**Laëtitia**

Développement  
professionnel



**Thierry**

Self Defense



**Carla**

Image de soi



**Katia**

Santé mentale



**Yoann**

Prise de paroles

[www.devoilezvostalents.fr](http://www.devoilezvostalents.fr)





l'AssO  
vos talents

Et



L'ambition du consortium est de rassembler un ensemble d'acteurs de l'insertion et un judo club pour œuvrer ensemble à l'insertion des jeunes, des femmes, des séniors et de tout habitant rencontrant des difficultés d'insertion professionnelle sur le territoire de Cœur d'Ostrevent Agglo.

Le consortium est porté par le judo club communal de Pecquencourt qui existe depuis 40 ans et qui est fortement ancré dans le territoire de Cœur d'Ostrevent Agglo.

Parce que nous croyons que le sport apporte beaucoup et prépare aux mieux les habitants au défi qu'est la prise de fonction dans une entreprise tant sur le côté physique que moral.

Le sport est également un vecteur fort pour la résolution des problématiques sociales.

c'est pourquoi nous collaborons et que nous proposons une dynamique sport et insertion.





L'association a été créée en 2025.

Dévoilez vos talents l'AssO est un collectif de professionnel de l'insertion, de l'orientation, du développement professionnel et personnel qui souhaitent apporter leurs compétences pour rapprocher les habitants des entreprises et faciliter le recrutement.

Il ne s'agit pas d'ajouter un énième accompagnement sur le territoire mais de venir en soutien des acteurs du territoire pour apporter des solutions complémentaires et innovantes pour enrichir les parcours et résoudre les problématiques sociales.

Là où les solutions classiques sont moins efficaces ou ne rencontrent pas une grande adhésion des habitants, nos actions tend à répondre aux besoins particuliers de ces publics.

Nous travaillons et nous certifions les compétences comportementales acquises durant nos actions et nos ateliers pour changer véritablement le parcours des habitants en quête d'insertion socio-professionnelle.

Notre association est un collectif d'experts dans leurs domaines respectifs et voici leurs présentations.



l'AssO  
vos talents

# Katia BITTNER

Ma devise "**Sortir du cadre. Ouvrir le champ des possibles**"

## Optimisation du Potentiel

Préparation mentale

Mobiliser ses ressources et son énergie au service de son projet

## Assertivité

Gestion du stress dans la relation

Communication relationnelle

Morphopsychologie

## Prévention santé

Gestion du stress, émotions, anxiété, sommeil, douleurs, alimentation

## Diplôme, certification, année d'expérience

Maitrise en Biologie, DU EthnoMédecine, Sophrologue Rncp, Praticienne certifiée Relation d'aide et d'écoute, SISEM, Jeu de TAO, Qi Gong. 20 ans d'expérience



**Psychopraticienne  
Formatrice  
Conférencière**

## Mes points forts

Bienveillance  
Dynamisme  
Recherche action  
Engagement

# GESTION DU STRESS LES BASES



**OBJECTIF :** gérer son stress/ sortir des stratégies d'évitement / (re)trouver une dynamique positive

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** 4 séances de 2h30, réparties sur 2 à 4 semaines (adaptable selon le public et le contexte)



## Airbag Anti-stress

2h30

- Stress vs "Stresseurs"
- Dynamique du stress
- Et si on avait le choix ?
- Boîte à Outils : la routine du quotidien



## Le mental notre meilleur ennemi

2h30

- le critique intérieur
- la pensée stabilisée
- Boîte à outils : gagner en sérénité /en confiance



## bien gérer son énergie

2h30

- émotions et sentiments
- les états internes
- Boîte à outils : activer ses ressources internes pour oser !



## Aller de l'avant

2h30

- construire des scénarii positifs
- s'autoriser à réussir
- Boîte à outils : posture / préparation mentale

### Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives

Echelles de stress / drivers

Apports théoriques contextualisés

Sophrologie, pratique poly vaguiale, méditation, Qi Gong, jeu des émotions, totem

### Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours

Observation des comportements en atelier

Évaluation formative continue par

l'animateur

Plan d'action individuel en fin de cycle



# SORTIR DU STRESS



**OBJECTIF :** sortir du rapport de force / gagner en assertivité

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** 4 séances de 2h30 heures, réparties sur 2 à 4 semaines (adaptable selon le public et le contexte)



## Positionnement relationnel

2h30

- Stress vs "Assertivité"
- Réaction ou relation ?
- Subir ou choisir ?
- Rester stable face à l'autre



## Changer son mode de communication

2h30

- 4 accords tolèques
- Communication non violente
- Oser le changement



## Bons réflexes en situation difficile

2h30

- déjouer la manipulation
- donner/recevoir/demander/refuser
- Activer ses ressources internes pour oser !



## L'assertivité

2h30

- Jeu de Tao : jeu de coopération
- Aider l'autre avec la communication non verbale

## Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives

Echelles de communication/ assertivité

Apports théoriques contextualisés

Sophro-relaxation, méditation en pleine conscience, Qi Gong, CNV, méthode ESPERE

## Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours

Observation des comportements en atelier

Évaluation formative continue par

l'animateur

Plan d'action individuel en fin de cycle



# FEEL GOOD ATTITUDE !



**OBJECTIF :** prendre soin de soi / gagner en confiance et en énergie !

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** 4 séances de 2h30, réparties sur 2 à 4 semaines (adaptable selon le public et le contexte)



## (Re)trouver du bien-être

2h30

- atelier "sophro"
- Stress et anxiété
- Sommeil
- Douleurs



## Manger avec plaisir

2h30

- Quelques repères
- Kilos émotionnels
- Manger en pleine conscience



## Bien-être en mouvements

2h30

- Mon rituel "bien-être et beauté"
- passer à l'action en 14 mouvements
- Danse ma nouvelle Energie



## prendre soin de moi

2h30

- se projeter en positif
- définir sa stratégie
- Boite à outils : préparation mentale pour tenir ses engagements

### Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives  
Apports théoriques contextualisés

Art-Thérapie

Sophro-relaxation, méditation en pleine conscience, Qi Gong, danses de Osho

### Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Évaluation formative continue par l'animateur  
Plan d'action individuel en fin de cycle





l'AssO  
vos talents

# Yoann COUTELET

Ma devise "**Quelque soit ce que le moment présent contient, acceptez-le comme si vous l'aviez choisi. Dès l'instant où le jugement cesse par l'acceptation de ce qui est, vous êtes libéré du mental.**"

## Coaching

Prise de parole en public, gestion du stress et des émotions.

Expression corporelle  
Confiance en soi et acceptation.

## Improvisation théâtrale

Déplacements, match d'improvisation. Séances "à la carte" en fonction des objectifs fixés. Créations de spectacles.

## team building

Créations collectives.  
Concours d'éloquence

## Diplôme, certification, année d'expérience

Animation professionnelle de Stages et d'ateliers depuis 2020  
Formateur diplômé par Improforma. Paris  
Création d'ateliers tous niveaux.



## Coach-formateur

## Mes points forts

Comédien d'improvisation depuis 20 ans  
Créateur de l'association improviz' à Fond-Sin le Noble

# PRISE DE PAROLE



**OBJECTIF :** Développer une aisance relationnelle en utilisant les outils d'improvisation théâtrale

**PUBLIC :** Tout public souhaitant progresser dans sa communication et l'affirmation de soi

**DUREE :** séances de 2 heures, à répartir en fonction des besoins des participants



**Travail du non verbal**



**Travail du verbal**



**Développer les soft skills**



**au service des situations ciblées**

- Posture
- expression des émotions
- Travail du corps
- Déplacements

- argumentation
- Para verbal
- Lâcher-prise
- Créativité
- Construction

- écoute
- affirmation de soi
- acceptation
- Eloquence
- Respect de l'autre

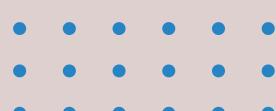
- théâtre -forum
- Mises en situation
- Jeux de rôle
- Coaching- action

## Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives  
techniques d'improvisation théâtrales,  
Atelier animé par des comédiens professionnels.

## Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
plan d'actions personnalisés





l'AssO  
vos talents

# Carla FONTAINE

Ma devise : « Parce que votre *image et votre attitude conditionnent votre altitude* ».

## Coaching

Accompagnement pour révéler le meilleur de soi à travers un style affirmé : vestimentaire, coiffure et posture pour la réussite personnelle et professionnelle

## Mes compétences

Expertise en  
Image pro. et perso  
Communication Non verbale  
Estime-confiance en soi  
Affirmation de soi  
Gestion du stress/de conflits

## Diplôme, certification, expérience

Certification Institut De Relooking International IDRI Paris  
+ de 12 ans d'expérience  
Certification méthode DISC



**Coach en image -  
formatrice**

Mes points forts :

Bienveillance  
Empathie  
Ecoute  
Sens de l'observation  
Adaptabilité

# CONSEIL EN IMAGE



**OBJECTIF :** Bien communiquer pour véhiculer une bonne image et être recruté.

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** 4 séances de 2h30, réparties sur 2 à 4 semaines (adaptable selon le public et le contexte)



## Conseils vestimentaires



## Coiffure et esthétique



## Posture professionnelle



## Communication non verbale

2h30

- Morphologie
- Tissus et imprimés
- Colorimétrie
- Tendances

2h30

- Maquillage et Coiffure
- Cosmétologie
- Maquillage
- Coiffure

2h30

- Posture dynamique
- démarche
- comportement à adopter en entreprise

2h30

- Coaching
- communication
- Training
- Personal branding

## Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives  
Jeux de rôle, conseils en boutique  
Travaux de groupe et individuels  
Apports théoriques contextualisés  
Utilisation d'outils numériques

## Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Évaluation formative continue par l'animateur  
Plan d'action individuel en fin de cycle





l'AssO  
vos talents

# David LEFEBVRE

Ma devise "Certains veulent que ça arrive.  
D'autres aimeraient que ça arrive. Et les autres  
font que ça arrive" Michael JORDAN

## Emploi

+ de 1000 ateliers emploi : CV Vidéos,  
techniques de recherche d'emploi,  
Escape Game...

## Pédagogie

Créateur de supports de formation  
et d'ateliers à vocation emploi  
Déroulé pédagogique de A à Z

## Gestion de projets

Développement -Partenariat  
Financement  
Bilan et audit

## Diplôme, certification, expérience

Master en management  
4 ans d'expérience encadrant  
insertion  
5 ans formateur pour adultes  
Certifié photo et vidéo

**Professionnel de  
l'insertion et de la  
formation professionnelle**

## Mes points forts

Créativité  
Pédagogie innovante  
Outil numérique  
Relationnel



# JOB'ACTION



**OBJECTIF :** Compléter les ateliers du parcours et du droit commun.

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** séances de 2h30 maximum mobilisables à la carte



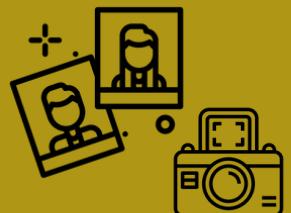
## Serious Game Emploi



## Valeur travail



## Préparer sa candidature avec Chat GPT



## Shooting photo

- Travail en équipe
- Résolution collective d'énigme
- Communiquer
- Enjeux de la recherche d'emploi

- Le marché du travail
- Travailler c'est quoi ?
- Pourquoi travailler?
- Contribuer au bon fonctionnement de la société

- Vérifier la pertinence de son CV et obtenir des conseils
- Se servir de l'offre de poste et de l'IA pour rédiger sa LM

- Photo pour le CV
- Photo pour les réseaux sociaux et autres supports.
- Posture pour être repéré

## Méthodes pédagogiques

Mettre les participants en action. Pédagogie inversée où les habitants résolvent collectivement les interrogations. Mis en oeuvre par un photographe pro et un expert du recrutement.

## Évaluation

Emargement, Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Remise d'un diplôme attestant de la participation- évaluation formative des acquis





l'AssO  
vos talents

# LAËTITIA LEFEBVRE

Ma devise "*Ose! au pire ça marche*"

## Coaching

Coach professionnelle PCC certifiée

Définition de projets

## facilitation

LEGO® SERIOUS PLAY®

Codev'

Analyse des pratiques

## transition

## professionnelle

Orientation

Bilans de compétences

Bilans motivationnels

## Diplômes-certifications

praticienne PNL, Coach professionnelle PCC RNCP, SISEM® (motivations et orientation jeunes) , APP, LEGO SERIOUS PLAY® Praticienne bilan de compétences, Educatrice spé, licence sciences de l'éducation.



**Coach- formatrice-consultante emploi**

## Mes points forts

13 ans d'accompagnement social en tant qu'ES  
Prestataire Pôle emploi -action VSI  
Formatrice Orsys sur 15 thématiques  
Comédienne d'improvisation depuis 8 ans

# FACILITATION COLLECTIVE



**OBJECTIF :** résoudre , apprendre et faire émerger un diagnostic socio-professionnel en utilisant l'intelligence collective

**PUBLIC :** Professionnels de l'accompagnement, groupes de bénéficiaires

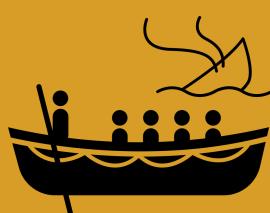
**DUREE :** séances de 3 heures (adaptable selon le public et le contexte)



## SERIOUS PLAY



## Co développement



## collaboration



## diagnostic commun et individuel

- manipuler
- Expérimenter
- Construire
- Partager
- Apprendre

- 1 problématique
- 1 temps de consultation en collectif
- Un plan d'actions

- Posture dynamique
- Team building
- renforcement des liens d'équipe

- Prise de hauteur
- Résolution de problème
- Cohésion
- Flexibilité comportementale

### Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives techniques théâtrales, Ludo pédagogie, facilitation, coaching, LEGO®SERIOUS PLAY®, codev'  
Travaux de groupe et individuels  
Apports théoriques contextualisés

### Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Évaluation formative continue par l'animateur  
Plan d'actions individuel en fin de cycle



# COACHING INDIVIDUEL



**OBJECTIF :** Se fixer des objectifs et identifier les actions pour les atteindre, passer à l'action, mieux se connaître

**PUBLIC :** Tous publics: professionnels ou personnes accompagnées

**DUREE :** séances de 1 heure, Nombre et rythme des séances adaptés à chaque programme de coaching



se fixer des objectifs



établir un plan d'actions



Mieux se connaître



Prendre confiance

- Définir un objectif
- SMART
- Se fixer un timing
- Mettre du sens

- Visualiser la réussite
- Visualiser les étapes
- Identifier les ressources
- Activer les leviers d'action

- Passation de tests
- Apports théoriques
- Effet miroir du coach

- Identifier ses forces
- Se fixer des axes de progression
- Connaître ses aspirations

## Méthodes pédagogiques

Accompagnement par un coach Professionnel certifié ICF , PNL, Analyse Transactionnelle, SISEM®, DISC®, Central Test

## Évaluation

Contrat de coaching bi ou tripartite  
Autoévaluation en début et fin de parcours  
Plan d'action individuel



# DEFINITION DE PROJET



**OBJECTIF :** identifier des pistes professionnelles correspondant à son profil

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en pré insertion même scolarisés / Adultes en reconversion

**DUREE :** 4 séances réparties 4 semaines , possibilité de segmenter “à la carte” )



6h00

- Identifier ses Moteurs
- Découvrir ses sources de plaisir
- Découvrir son Talent

2h00

- Identifier ses Valeurs
- Trouver les “pourquoi”
- Chercher son Utilité
- Valeur Travail

2h00

- Valorisation du parcours de vie
- Passation de tests
- Profil de Soft skills

2h00

- Exploration d'univers professionnels
- Enquête Métier
- Recherche sur les Jobs Board

## Méthodes pédagogiques

Posture coach, Explorama®, SISEM®, CV motivationnel®, orient'oi

## Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Investigations sous forme de tests ou questionnaires  
Plan d'action individuel en fin de cycle  
Possibilité d'un rapport écrit



# DEVELOPPEMENT DES SOFT SKILLS



**OBJECTIF :** Identifier et faire évoluer ses compétences comportementales

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** séances de 2 heures, Nombre et thématiques à ajuster en fonction des besoins repérés



## Communication

2h00

- Affirmation de soi
- Assertivité
- Interactions professionnelles



## Gestion des émotions

2h00

- Rôle et fonction
- Notion de Besoin
- Gestion de conflits



## créativité

2h00

- Fonctionnement cérébral
- Pensée divergente
- Design Thinking



## Leadership

2h00

- Posture
- Communication
- Congruence

### Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives  
Jeux de rôle,

Travaux de groupe et individuels

Apports théoriques contextualisés, CNV, techniques d'improvisation théâtrale

### Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Évaluation formative continue par l'animateur  
Plan d'action individuel en fin de cycle



# POUR LES PROFESSIONNELS



**OBJECTIF :** Prendre du recul/ monter en compétences

**PUBLIC :** Professionnels de l'accompagnement (CIP- éducateurs...)

**DUREE :** Co-construction du parcours de formation



## Analyse des pratiques professionnelles

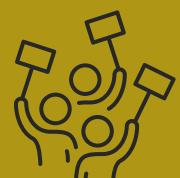


## coaching



## Formation

### “Faciliter le pouvoir d’agir”



## Formation “Animer un collectif”

3h00

- Sujet amené par les participant
- Séance adaptée
- Résolution en intelligence collective

1h00

- Définir un objectif
- Progresser
- Définir un plan d’actions
- Prendre confiance

4 jours

- Bases de la posture coach
  - Théorie
  - Mise en application
  - Un retour d’expériences
- 1 mois après

2 jours

- Acquérir la posture de facilitateur
- Animer un collectif
- Ludopédagogie

## Méthodes pédagogiques

coaching, facilitation, théâtre,  
techniques d’APP

## Évaluation

Autoévaluation en début et fin de parcours  
Évaluation formative continue par  
l’animateur  
Plan d'action individuel en fin de cycle





l'AssO  
vos talents

# Thierry VIGNAUX

Ma devise "**C'EST DANS LE DEPASSEMENT DE SOI QU'ON SE TROUVE**"

## Coaching confiance en soi

communication non verbale  
gestion du stress  
Anticipation  
Respect du cadre

## self défense- contact

Confiance en soi  
Maitrise de soi

## Diplôme, certification, année d'expérience

CQP JUDO  
BPJEPS Judo-Jusitsu  
Enseignant:  
Judo/Jujitsu multi-niveaux



**ENSEIGNANT JUDO  
JUJITSU - CONTACT**

## Mes points forts

Ecoute  
Observation  
Adaptation

# SELF CONTACT



**OBJECTIF :** Développer ses soft skills / Prendre confiance dans sa capacité d'action

**PUBLIC :** Demandeurs d'emploi / Jeunes en insertion / Adultes en reconversion/ Femmes en fracture sociale

**DUREE :** séances de 2h00



## Confiance en soi



## Réagir en cas d'agression



## soft skills



## transmission des valeurs martiales

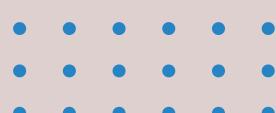
- Repérer une situation d' agression
- Savoir dire non
- Se mettre en sécurité
- Alerter- aider
- Sortie de saisie
- Contrôle d'un agresseur au sol
- attaque au bâton
- Mobilier urbain
- Gérer son stress
- collaboration
- respect
- Ecoute
- Acceptation
- Mise en situation
- code moral
- Echanges- Mondo

## Méthodes pédagogiques

Méthodes actives et participatives  
Jeux de rôle, apports techniques contextualisés,  
échanges et débriefs, partages d'expériences,  
Techniques judo-jujitsu-contact

## Évaluation

Emargement, Autoévaluation en début et fin de parcours  
Observation des comportements en atelier  
Remise d'un diplôme attestant de la participation- évaluation formative des acquis





l'AssO  
vos talents



# NOUS CONTACTER

N O S D E U X D É V E L O P P E U R S



**David**

06 37 13 05 47  
[devoilezvostalents@gmail.com](mailto:devoilezvostalents@gmail.com)



**Laëtitia**

06 71 36 19 05  
[contact@devoilezvostalents](mailto:contact@devoilezvostalents)

[www.devoilezvostalents.fr](http://www.devoilezvostalents.fr)

