



COM-Training
L'ESSENTIEL POUR PROGRESSER

Catalogue de prestations

2026

Formations et coaching pour entreprises

Construisons ensemble votre réussite.

06 74 44 37 80 · jpfallcon@com-training.fr · www.com-training.fr

CERTIFIÉ QUALIOP1

Pourquoi nous

Depuis 2011, Com-Training accompagne les entreprises et leurs équipes dans le développement de leurs compétences relationnelles, managériales et organisationnelles. Notre conviction : des formations **courtes, concrètes et immédiatement applicables** produisent plus de résultats que des programmes longs et théoriques.

Notre approche : 50 % de théorie, 50 % de pratique. Mises en situation, exercices en sous-groupes, captation vidéo et fiches de synthèse - pour que chaque stagiaire reparte avec des outils utilisables dès le lendemain de la formation.

Quelques chiffres

15+

années d'expérience

9

programmes courts

100%

taux de fidélisation

100%

taux de recommandation

Nos valeurs

Clarté

- ✓ Maîtrise et expérience du contenu
- ✓ Authenticité dans nos relations
- ✓ Précision dans le chiffrage des prestations

Performance

- ✓ Formations modulables et adaptées
- ✓ Aller à l'essentiel pour progresser
- ✓ Outils applicables dès le lendemain

Satisfaction Client

- ✓ Répondre aux vraies questions
- ✓ Transmettre les compétences essentielles
- ✓ Réactivité et professionnalisme

Notre méthode

Une pédagogie active et structurée pour que vos équipes progressent réellement et durablement.

01

Découverte par questionnement

Plutôt que d'imposer des concepts, nous amenons les stagiaires à les découvrir par eux-mêmes via des questions ouvertes - ce qu'ils trouvent reste.

02

Exercices et mises en situation

Chaque concept clé est immédiatement mis en pratique : exercices en sous-groupes, jeux de rôle, mises en situation parfois filmées pour un débriefing visuel.

03

Rappel et ancrage

Chaque nouvelle journée débute par un rappel collectif des points clés de la journée précédente. Cette répétition espacée ancre les apprentissages.

04

Transfert vers le terrain

Préconisations d'exercices d'entraînement et de lectures entre les sessions. Chaque participant repart avec des fiches synthèse à emporter.

Nos formations

Neuf programmes courts pour développer les compétences essentielles de vos équipes. Chaque fiche détaillée est disponible sur demande.

01

COMMUNICATION & RELATIONNEL

Les Clés de la Communication

2 jours · Intra-entreprise

- Mécanismes et bases de la communication
- Savoir écouter et mieux s'exprimer
- Assertivité et argumentation
- Repérer les freins et distorsions cognitives

02

MANAGEMENT

Les Clés du Management

3 jours · Intra-entreprise

- Mission, qualités et comportements du manager
- Fixer un cadre, des objectifs, recadrer
- Motiver son équipe au quotidien et dans la durée
- Déléguer et responsabiliser

03

COMMUNICATION & RELATIONNEL

Gestion de Conflits

2 jours · Intra-entreprise

- Comprendre l'origine des conflits
- Gérer son état interne en situation
- Stratégies de résolution
- Posture du médiateur (3 règles clés)

04

COMMUNICATION & RELATIONNEL

Animation de Réunions

2 jours · Intra-entreprise

- Préparation et structuration
- Animation et gestion du groupe
- Mises en situation filmées
- Débriefing vidéo en groupe

05**EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE****Gestion du Temps**

2 jours · Intra-entreprise

- Priorités et planification efficace
- Combattre les chronophages
- Organisation des mails et de l'information
- Astuces pour gagner une heure par jour

06**COMMUNICATION & RELATIONNEL****Prendre la Parole en Public**

3 jours · Intra-entreprise

- Gérer son trac et son non-verbal
- Préparer et structurer son discours
- Vivre son intervention avec aisance
- Convaincre et argumenter

07**PÉDAGOGIE & TRANSMISSION****Formation de Formateurs**

3 jours · Intra-entreprise

- Architecture d'une formation efficace
- Postures et compétences du formateur
- Gestion des participants difficiles
- Mini-formations filmées et débriefées

08**EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE****Gestion du Stress**

2 jours · Intra-entreprise

- Mécanismes du stress (causes / conséquences)
- Identifier ses déclencheurs personnels
- Techniques de régulation au quotidien
- Gérer le stress causé par les autres

09**COMMUNICATION & RELATIONNEL****Profils DiSC**

1 jour · Intra-entreprise

- Test DiSC en amont, débriefing individuel
- Les 8 profils majeurs et leurs besoins
- Adapter sa communication à chaque profil
- Gérer les conflits selon les profils

Coaching individuel et collectif

Au-delà de la formation, Com-Training propose un accompagnement personnalisé en coaching pour les dirigeants, managers et équipes qui souhaitent franchir une étape : prise de poste, projet stratégique, situation de tension ou besoin de prise de recul.

Votre coach

Jean-Philippe Falicon est coach certifié de l'Université Paris 8 (DESU Pratiques du Coaching) et Maître praticien en PNL, formé à l'Université de Santa Cruz (USA) avec Robert Dilts. Il accompagne depuis plus de quinze ans des dirigeants, managers et équipes dans leurs projets d'évolution.

Notre mission

- Vous aider à mieux définir vos objectifs.
- Identifier les points limitants qui vous empêchent d'avancer.
- Trouver en vous les ressources et solutions pour atteindre les résultats souhaités.

Déroulement type

Premier échange gratuit (30 min) → définition d'objectif → 6 à 10 séances espacées de 2 à 3 semaines → bilan et plan de consolidation. En présentiel ou en visio, selon vos préférences.

Modalités et contact

Toutes nos prestations sont réalisées en intra-entreprise, sur votre site, partout en France et en Europe.

Tarif standard formation	1 600 € HT / jour de formation + frais de déplacement sur justificatifs
Tarif coaching individuel	Sur devis, après entretien préalable gratuit
Effectif	De 6 à 12 participants selon le programme
Évaluation	QCM en fin de formation + recueil des points forts par les participants
Délais d'accès	3 semaines à 1 mois après acceptation du devis
Accessibilité	Les situations de handicap sont abordées dès les premiers contacts client
Certifications	Qualiopi - actions de formation
Zone d'intervention	France et Europe (intra-entreprise uniquement)

Démarrons la conversation.

Jean-Philippe Falicon
Gérant de Com-Training

06 74 44 37 80
jpfalicon@com-training.fr
www.com-training.fr
10 chemin derrière les haies · 60190 Lachelle