

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



- J53 : V 16/01/26 : **Méthodologie et outils pour une gestion du temps efficace** avec **Alain HUMBERT** - Axe 1



- J54 : V 06/03/26 : **Agir pour le climat, un enjeu cognitif - Projet Celsius** avec **Guillaume PAKULA** - Axe 4



- J55 : V 10/04/26 : **Dans les coulisses de la radio pour transformer sa communication** avec **David RIVAL** - Axe 2



- J56 : V 22/05/26: **Atelier d'entraînement et de réflexion** – **Isabelle GILLE** Animatrice et le groupe

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



- J57 : V 03/07/26 : **Comment rendre son équipe performante, exemple de la Patrouille de France avec Patrick DUTARTRE - Axe 2**



- J58 : V 18/09/26 : **Accorder son leadership et ses émotions au rythme du cœur (état de flow) avec Alessandro BISCACCIANTI - Axe 1**



- J59 : V 20/11/26 : **Découverte d'une démarche stratégique orientale à travers le jeu de GO avec Farid BEN MALEK - Axe 3**



- J60 : V 18/12/26 : **Atelier d'entraînement et de réflexion – Isabelle GILLE Animatrice et le groupe**

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J53 : V 16/01/26 : Méthodologie et outils pour une gestion du temps efficace avec Alain HUMBERT - Axe 1

Il a exercé pendant 15 ans des responsabilités de management dans des entreprises industrielles, PME et multinationales. Il construit puis enseigne plusieurs modules de formation interne sur la gestion du temps, les techniques de contrôle statistiques de la qualité (SPC/SQC) et les méthodologies créatives de résolution de problèmes.

Les deux piliers sur lesquels sont fondés son approche sont le pilotage de l'entreprise en fonction de ses valeurs et l'utilisation juste de ses émotions dans sa vie professionnelle.

Objectif de la formation

A l'issue de la formation, les participants seront en mesure d'adopter une gestion du temps et des priorités plus efficace.

Objectifs pédagogiques

- 1 - Identifier les facteurs « chronophages » dans l'organisation de son travail
- 2 - Acquérir les compétences permettant de mieux gérer son temps et d'augmenter son efficacité dans son travail
- 3 - Organiser rationnellement les événements d'une semaine et d'une journée (actions objectifs, rendez-vous, réunions, traitement du courrier, tâches récurrentes, micro-tâches isolées...)
- 4 - Minimiser le nombre des interruptions et l'impact des imprévus sur l'efficacité du travail

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J54 : V 06/03/26 : Agir pour le climat, un enjeu cognitif - Projet Celsius avec Guillaume PAKULA - Axe 4

Cette intervention est animée par deux intervenants appartenant à Projet Celsius : Clément REYNAUD et Guillaume PAKULA. En fonction du lieu d'intervention, Guillaume ou Clément se déplacera. Aujourd'hui expert du changement climatique, jadis physicien à l'Ecole Polytechnique, Guillaume dispense désormais le consensus scientifique lors de conférences, formations, ou encore lors des nombreux cours dans les Grandes Écoles du supérieur.

Il a aujourd'hui un pied dans la recherche scientifique sur les sujets liés au carbone et au climat, un autre auprès des audiences désireuses d'en apprendre davantage sur le sujet, et ce de manière apaisée, ludique et éclairée.

Objectif de la formation

A l'issue de la formation, le participant aura découvert ses biais cognitifs, leurs conséquences et leurs potentiels usages.

Objectifs pédagogiques

- 1 - Découvrir le concept de biais cognitif
- 2 - Apprendre à les identifier chez soi et chez les autres
- 3 - Appliquer sa compréhension des sciences cognitives dans son quotidien



Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J55 : V 10/04/26 : **Dans les coulisses de la radio pour transformer sa communication avec David RIVAL** - Axe 2

Vidéo présentation : <https://www.youtube.com/watch?v=FWXvBn1ZCHU&feature=youtu.be>

Homme de dialogue et de médiation, David RIVAL accompagne l'évolution professionnelle en utilisant l'approche systémique. En 2009, il crée la première émission de radio produite par les acteurs de l'Emploi et un programme pédagogique centré sur la personne désireuse d'entreprendre. En 2012, il crée Impulseur pour former les dirigeants et les collaborateurs de l'entreprise à gagner en efficacité et en performance relationnelle.

Objectif de la formation

Communiquer efficacement et de manière authentique par l'utilisation des outils et techniques de la radio

Objectifs pédagogiques

- 1 - Gérer son stress et ses émotions
- 2 - Acquérir des techniques para verbales pour améliorer sa communication : respiration, gestuelle, rythme, ton, musicalité
- 3 - Délivrer un message structuré et scénarisé
- 4 - Pratiquer l'écoute active
- 5 - Analyser son comportement et celui des autres en situation de communication

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J56 : V 22/05/26: **Atelier d'entraînement et de réflexion animé par Isabelle GILLE**

18 années manager d'une équipe de téléconseillères à La REDOUTE, 4 années chargée de clientèle entreprises et responsable d'équipe commerciale chez Malakoff Médéric, Isabelle a également été Présidente Nationale de la Jeune Chambre Economique Française en 2001/2002, Depuis 2010, elle est formatrice-coach, elle développe les compétences relationnelles, commerciales et managériales en entreprise. **Elle a créé le groupe Germe dans les Ardennes en juin 2019.**

Nous passerons une journée ensemble pour :

- Faire vivre la dynamique de notre groupe « Les Germeurs du Val – Ardennes »
- Ancrer les acquis des 3 dernières formations
- Partager des problématiques managériales et trouver des pistes d'action grâce au Codéveloppement Professionnel (CODEV)



Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J57 : V 03/07/26 : Comment rendre son équipe performante, exemple de la Patrouille de France avec Patrick DUTARTRE - Axe 2

Général d'aviation, pilote de chasse, et ancien leader de la Patrouille de France, Patrick DUTARTRE a été directeur de la communication et directeur des relations internationales de l'armée de l'air, avant d'être conseiller auprès de deux Ministres des affaires étrangères.

Il a également été directeur général délégué d'un groupe privé. Il est fondateur et dirigeant d'Alteus-partners, spécialisée dans la performance opérationnelle des entreprises.

Objectif de la formation

Développer la performance collective de son équipe en s'inspirant des outils et techniques utilisés par la Patrouille de France

Objectifs pédagogiques

- 1 - Décrire l'organisation et le fonctionnement de la Patrouille de France
- 2 - Identifier les facteurs clés de sa performance
- 3 - Comparer les pratiques de la Patrouille et celles des entreprises des participants

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J58 : V 18/09/26 : Accorder son leadership et ses émotions au rythme du cœur (état de flow) avec Alessandro BISCACCIANTI –

Axe 1

Depuis 1997 j'accompagne des Comités de Direction et des équipes opérationnelles d'entreprises de toute taille et secteur, en France et à l'étranger, dans la conduite de transformations personnelles, managériales et organisationnelles, en utilisant mon approche 'LDS - Leading by Dynamic Stability'.

Depuis quelques années j'utilise LDS pour accompagner les entreprises et leurs dirigeants dans les processus d'innovation et digitalisation nécessaires pour la mise en place de l'Entreprise 4.0;

Objectif de la formation

Découvrir comprendre et expérimenter la puissance de l'approche par la Cohérence Cardiaque pour l'activation de l'Etat de Flow, la sérénité émotionnelle et la robustesse au stress chronique.

Objectifs pédagogiques

- 1 - Sensibiliser à la pratique de la Cohérence Cardiaque pendant 21 jours pour accéder avec continuité aux ressources de l'Etat de Flow (enthousiasme et créativité) et réduire les Etats de Blocage (agressivité et apathie)
- 2 - Explorer les dimensions neurobiologique et émotionnelles qui impactent les fonctions cognitives comportementales relationnelles
- 3 - Expérimenter et explorer les relations entre les émotions, le cœur, le corps et le cerveau et l'effet de la cohérence cardiaque sur la régulation émotionnelle et la sérénité

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J59 : V 20/11/26 : Découverte d'une démarche stratégique orientale à travers le jeu de GO avec Farid BEN MALEK - Axe 3

Farid Ben Malek est Consultant en stratégie et professeur à l' I.S.A. (H.E.C. Paris) et à I.C.H.E.C.-Entreprise(Bruxelles. Il a été Champion de France de Go à plusieurs reprises (1994-1999-2002) et 1er Dan Professionnel de la Fédération Japonaise de Go. Il est aussi responsable pédagogique de la Fédération Française de Go et auteur du CD-Rom « Go Teacher »(méthode d'apprentissage multimédia du jeu de Go ») programme du D.S.M.A. en partenariat avec l'E.D.H.E.C.(Lille).

Il est par ailleurs licencié en sciences informatiques (ParisVII).

Objectif de la formation

Mieux faire face à la complexité, en s'appuyant sur le Jeu de Go, le plus ancien jeu de stratégie du Monde

Objectifs pédagogiques

- 1 - Définir la notion de stratégie
- 2 - Identifier les principes du jeu de Go, son histoire et les liens avec la stratégie
- 3 - Repérer les principes transposables en entreprise

Notre programmation 2026

En avance d'une expérience ! www.germe.com



J60 : V 18/12/26 **Atelier d'entraînement et de réflexion animé par Isabelle GILLE**

18 années manager d'une équipe de téléconseillères à La REDOUTE, 4 années chargée de clientèle entreprises et responsable d'équipe commerciale chez Malakoff Médéric, Isabelle a également été Présidente Nationale de la Jeune Chambre Economique Française en 2001/2002, Depuis 2010, elle est formatrice-coach, elle développe les compétences relationnelles, commerciales et managériales en entreprise. **Elle a créé le groupe Germe dans les Ardennes en juin 2019.**

Nous passerons une journée ensemble pour :

- Faire vivre la dynamique de notre groupe « Les Germeurs du Val – Ardennes »
- Ancrer les acquis des 3 dernières formations
- Partager des problématiques managériales et trouver des pistes d'action grâce au Codéveloppement Professionnel (CODEV)

