



---

2023-2024

**Formations**  
**Bilan de compétences**  
**Consulting RH**  
**Coaching**  
**Centre de coworking**







”

Nos valeurs reposent sur la synergie  
des compétences, la créativité et  
la co-construction.

Nathalie MARTIN

● **SOMMAIRE**

**1**

**L'ENTREPRISE**

|    |                                |
|----|--------------------------------|
| 05 | Notre vision                   |
| 06 | Nos valeurs                    |
| 07 | Le mot du dirigeant            |
| 08 | Notre équipe                   |
| 10 | Historique                     |
| 12 | Nos clients                    |
| 13 | Notre méthode d'accompagnement |

**2**

**NOS SERVICES**

|    |                       |    |            |
|----|-----------------------|----|------------|
| 15 | Consulting RH         | 26 | Formations |
| 17 | Bilans de compétences | 30 | Coworking  |
| 22 | Coaching              | 32 | Ateliers   |

## ● PRÉSENTATION ENTREPRISE

### NOTRE VISION

Amplifier l'humain, les processus et les organisations pour les rendre plus résilients tant individuellement que collectivement.

---

### NOTRE MISSION

Être le partenaire des entreprises apprenantes en développant le sens, l'engagement et le plaisir au travail.

Nous proposons des accompagnements impactants et adaptés à chaque composante de la chaîne de valeur des organisations.



## ● PRÉSENTATION ENTREPRISE

### NOS VALEURS

#### INTELLIGENCE COLLECTIVE

Nous coconstruisons avec nos clients et partenaires, nous plaçons le partage au centre de nos processus

#### EXCELLENCE

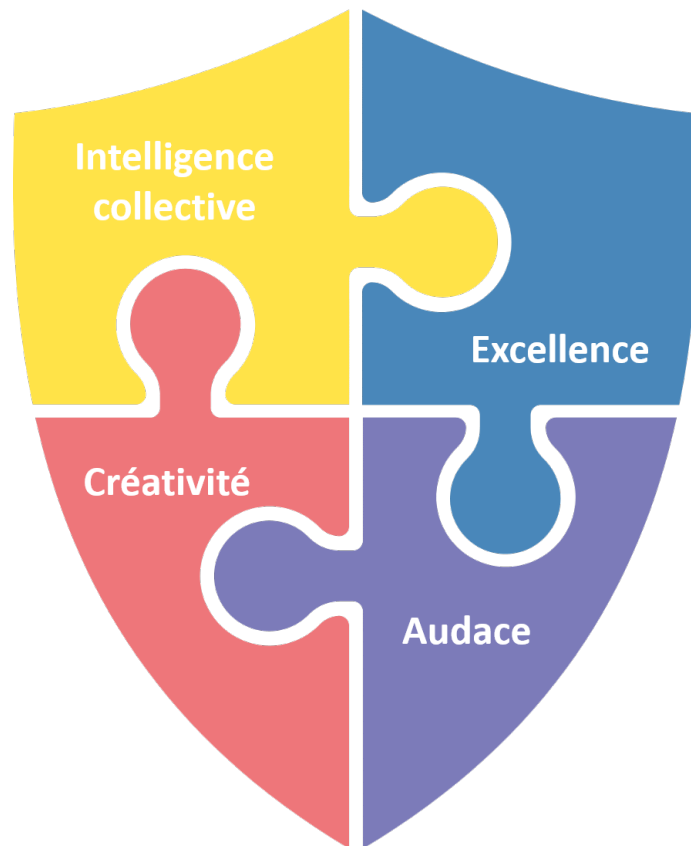
L'expérience client apprenant et la qualité comme priorité, l'amélioration continue et l'expertise comme signature

#### AUDACE

Nous osons sortir du cadre, expérimenter pour dynamiser notre proposition de valeur

#### CREATIVITE

Le sur-mesure au cœur de nos services, avec l'innovation et l'agilité comme ADN



## ● LE MOT DU DIRIGEANT

Comme un chef d'orchestre,  
je prends plaisir à mettre en  
musique vos projets, en lumière **vos  
qualités et compétences**, en scène  
votre mission de vie pour que vous  
trouviez ce pour quoi vous êtes  
réellement fait, de façon innée.



**Nathalie MARTIN**  
**Consultante RH-Coach**

Vous choisissez votre destination  
d'exploration et moi je vous mets  
à disposition les outils pour votre  
expédition et vous accompagne  
dans  
cette aventure **HUMAINE**.

**Mon ambition :**  
que chacune de vos journées de  
travail soit un **plaisir** et ait du  
**sens!**

TRAIN COACHING

CONSULTING RH

CO - DEVELOPPEMENT

FORMATION MANAGEMENT - RH

# • NOTRE ÉQUIPE



**Nicolas MARTIN**

Responsable innovation  
digitale



**Michelle MAZEBO**

Assistante administrative  
et comptable



**Mathilde PICHON**

Community Manager



EN PARTENARIAT AVEC DES  
CONSULTANTS À TRAVERS  
LA FRANCE



+ DE 1000  
PERSONNES ACCOMPAGNÉES



UNE CROISSANCE À  
2 CHIFFRES DEPUIS SA  
CRÉATION



## ● LA GÉNÈSE DE L'AVENTURE

### HISTORIQUE

**03  
2019**

**EfferVsens**

Ouverture d'EfferVsens,  
espace de coworking  
dédié aux métiers de l'accompagnement,  
cabinet RH et coaching

**07  
2020**

Obtention de la certification  
Qualiopi  
et développement de l'activité  
formation et  
bilans de compétences

  
EDITIONS  
J A N U S

**10  
2020**

Création des Editions Janus,  
société d'édition de tests de personnalité

Reprise de l'organisme  
Interactif Formation

**2021**

Développement du réseau de  
partenaires  
(une trentaine) en formation et  
bilans de compétences.

**09  
2022**

**2023**

Développement des synergies  
EfferVsens/Interactif afin de devenir  
un acteur incontournable du développement de  
vos softs skills et de votre résilience

# NOS CLIENTS



## Les indépendants

Effervsens vous offre également des solutions de **portage** pour réaliser vos bilans de compétences et vous accompagne dans le lancement de votre activité au travers de la **formation** "Entreprendre dans les métiers de l'accompagnement". Effervsens vous offre aussi la possibilité de louer des bureaux dans un espace de **coworking** convivial et agréable.

Les avantages de l'indépendance sans la solitude du dirigeant !



## Les entreprises

Des salariés engagés, c'est le rêve de tout manager et chef d'entreprise. C'est cet objectif que nous vous proposons d'atteindre en travaillant sur le sens comme facteur d'**engagement et de motivation**. Notre ambition est de faire de vos collaborateurs vos premiers ambassadeurs en travaillant sur la **marque employeur** et l'onboarding.

Effervsens peut vous accompagner au travers de missions de **consulting RH** avec des outils tels que l'audit GPEC, des **formations** sur-mesure, du **coaching**, des bilans professionnels...



## Les particuliers

Vous souhaitez redonner du sens à chacune de vos activités ? Vous vous demandez comment trouver l'équilibre entre votre vie professionnelle et votre vie personnelle ?

Nous vous invitons à aller à la découverte de vos compétences innées et de vos forces par du **coaching** et des **bilans de compétences** approfondis.

Osez lâcher prise avec le mental en participant à des **ateliers** originaux qui vous reconnecteront avec vous-même.

## ● NOTRE MÉTHODE

### D'ACCOMPAGNEMENT



1

Organisme de **formation** et centre de **bilans de compétences** certifié

**QUALIOPI®**, Effervsens vous propose un panel de services qui s'adresse aussi bien à des indépendants, des managers, des équipes que des services RH.

Nous intervenons plus particulièrement sur des thématiques en lien avec le **management**, les **ressources humaines**, la **QVCT** et la cohésion d'équipe.

2



Forts de leurs différents parcours, l'équipe de consultants EfferVsens vous font partager la richesse de leurs expériences professionnelles. Chaque intervenant est sélectionné en fonction de son parcours professionnel et intervient sur sa zone d'**expertise** pour vous apporter un contenu pertinent et pragmatique.

3

Avant chaque intervention, nous vous rencontrons au sein de votre structure pour définir ensemble les **objectifs** de l'accompagnement afin de vous proposer une **prestation impactante** qui réponde réellement à vos besoins.



# NOS SERVICES

- 01 | CONSULTING RH
- 02 | BILAN DE COMPÉTENCES
- 03 | COACHING
- 04 | FORMATIONS
- 05 | COWORKING



# Consulting RH

**Par ce que vos salariés sont votre ressource la plus précieuse, Effervsens vous donne les clés pour en faire vos principaux ambassadeurs en travaillant avec vous sur :**

- L'accompagnement et la sécurisation des parcours professionnels
- Le développement des compétences et la formation de vos salariés et managers de proximité
- L'expérience collaborateur, la marque employeur et la digitalisation de la fonction RH
- Le profilage de vos postes de travail à l'aide de tests de personnalité et définitions de fonction en amont d'un recrutement ou lors d'une réorganisation
- Diagnostic RH et prévention des risques psychosociaux





## **Gestion des Emplois et des Parcours Professionnels (GEPP)**

Cartographie des métiers, rédaction de fiches de postes, cotations de postes, transmission des compétences ...

GEPP



## **Marketing RH**

Définition de la stratégie RH, marque employeur, onboarding/offboarding, intégration de SIRH

Marketing RH



## **Entretiens professionnels**

Réalisation en sous-traitance ou accompagnement des managers

Entretiens professionnels



## **RH à temps partagé**

Pilotage de votre stratégie RH et appui en temps partagé sur le développement RH

RH à temps partagé

# BILAN DE COMPETENCES

Une méthode unique qui, bien plus qu'un métier, vous révélera quelles sont vos aptitudes naturelles, qu'est-ce qui vous ressource, votre rythme de fonctionnement interne et de quel environnement vous avez besoin pour vous épanouir durablement.

**Ce bilan de compétences peut-être financé via :**

- votre CPF, si vous êtes salarié, retrouvez la procédure CPF sur notre site internet
- un co-financement peut être obtenu via certains OPCO ou pôle emploi selon votre situation

**Pourquoi faire un bilan de compétences ?**



# Bilan de compétences 10h

## Objectifs pédagogiques

- Connaître ses compétences innées
- Comprendre son rythme de fonctionnement interne
- Déterminer l'environnement de travail qui nous est le plus favorable et nos motivations
- Être capable d'identifier ce qu'on souhaite faire évoluer dans notre situation professionnelle actuelle
- Pour valider un nouveau projet professionnel ou une évolution interne sur laquelle nous avons déjà réfléchi.

## Phase préliminaire : 2h

Confirmation de l'engagement du bénéficiaire dans sa démarche, définir la nature des besoins.

## Phase d'investigation et d'analyse : 6h

Les motivations, intérêts professionnels et personnels du salarié sont analysés. Ses compétences et aptitudes sont identifiées. Les possibilités d'évolution professionnelles sont définies.

## Conclusion et suivi : 2h

Présentation des résultats, lors de la remise d'un document de synthèse qui recense les éléments susceptibles de favoriser ou non la réalisation d'un projet professionnel ou de formation, précise les principales étapes de la mise en œuvre du projet et les préconisations du consultant.



Audience : Tous publics



Durée : 10h - 2h/semaine  
Présentiel / distanciel



Poursuite :  
Coaching individuel

# Bilan de compétences 16h

## Objectifs pédagogiques

- Connaître ses compétences innées
- Comprendre son rythme de fonctionnement interne
- Déterminer l'environnement de travail qui nous est le plus favorable et nos motivations
- Être capable d'identifier ce qu'on souhaite faire évoluer dans notre situation professionnelle actuelle
- Pour ceux qui ont déjà des idées sur leur nouveau projet mais qui ont besoin de l'éclairer, de se positionner, de définir un plan d'action.

## Phase préliminaire : 3h

Confirmation de l'engagement du bénéficiaire dans sa démarche, définir la nature des besoins, l'informer sur les conditions de déroulement et les méthodes utilisés.

## Phase d'investigation et d'analyse : 10h

Les motivations, intérêts professionnels et personnels du salarié sont analysés. Ses compétences et aptitudes sont identifiées. Les possibilités d'évolution professionnelles sont définies.

## Conclusion et suivi : 3h

Présentation des résultats lors de la remise du document de synthèse qui recense les éléments détaillés susceptibles de favoriser ou non la réalisation d'un projet professionnel ou de formation, précise les principales étapes de la mise en œuvre du projet et les préconisations du consultant.



Audience : Tous publics



Durée : 16h - 2h/semaine  
Présentiel / distanciel



Poursuite :  
Coaching individuel

# Bilan de compétences 20h

## Objectifs pédagogiques

- Connaître ses compétences innées
- Comprendre son rythme de fonctionnement interne
- Déterminer l'environnement de travail qui nous est le plus favorable et nos motivations
- Être capable d'identifier ce qu'on souhaite faire évoluer dans notre situation professionnelle actuelle
- Vous n'avez pas d'idées claires de ce que vous voulez entreprendre et avez besoin d'un éclairage approfondi sur différentes pistes.

## Phase préliminaire : 3h

Confirmation de l'engagement du bénéficiaire dans sa démarche, définir la nature des besoins, l'informer sur les conditions de déroulement et les méthodes utilisés.

## Phase d'investigation et d'analyse : 14h

Les motivations, intérêts professionnels et personnels du salarié sont analysés.  
Ses compétences et aptitudes sont identifiées.  
Les possibilités d'évolution professionnelles sont définies.

## Conclusion et suivi : 3h

Présentation des résultats, lors de la remise d'un document de synthèse qui recense les éléments détaillés susceptibles de favoriser ou non la réalisation d'un projet professionnel ou de formation, précise les principales étapes de la mise en œuvre du projet et les préconisations du consultant.



Audience : Tous publics



Durée : 20h - 2h/semaine  
Présentiel / distanciel



Poursuite :  
Coaching individuel

## Bilan de compétences 24h

### Objectifs pédagogiques

- Connaître ses compétences innées
- Comprendre son rythme de fonctionnement interne
- Déterminer l'environnement de travail qui nous est le plus favorable et
- Être capable d'identifier ce qu'on souhaite faire évoluer dans notre situation professionnelle actuelle
- Vous savez juste que votre situation actuelle ne vous convient plus mais n'avez aucune idée de ce que vous voudriez changer ni comment le faire et avez besoin de travailler de façon plus approfondie sur la confiance en vous.

### Phase préliminaire : 3h

Confirmation de l'engagement du bénéficiaire dans sa démarche, définir la nature des besoin, l'informer sur les conditions de déroulement et les méthodes utilisés.

### Phase d'investigation et d'analyse : 18h

Les motivations, intérêts professionnels et personnels du salarié sont analysés. Ses compétences et aptitudes sont identifiées. Les possibilités d'évolution professionnelles sont définies

### Conclusion et suivi : 3h

Présentation des résultats ,lors de la remise d'un document de synthèse qui recense les éléments susceptibles de favoriser ou non la réalisation d'un projet professionnel ou de formation, précise les principales étapes de la mise en œuvre du projet et les préconisations du consultant.



Audience : Tous publics



Durée : 24h - 2h/semaine  
Présentiel / distanciel



Poursuite :  
Coaching individuel

# COACHING

Le coaching est une méthode d'accompagnement qui vous permet d'atteindre des objectifs précis, tant personnels que professionnels ; dans un délai imparti.

## C'est quoi un coach ?

Un coach n'est pas un thérapeute qui va vous écouter, parler mais un **professionnel certifié** qui vous accompagne dans la réalisation de vos objectifs. C'est une démarche pro-active où le coach n'est pas là pour vous conseiller mais bien vous **guider**.

Seul le client sait ce qui est réellement bon pour lui.

## Pourquoi se faire coacher ?

Pour trouver des réponses qui nous permettent d'avancer et de grandir sur nos chemins tant personnels que professionnels, pour aborder des situations professionnelles difficiles ou complexes en toute confidentialité avec une personne externe « neutre ».



Le coach peut vous aider à travailler sur des objectifs comme :

- Comment apprendre à mieux déléguer ?
- Comment surmonter ma timidité pour prendre la parole en public ?
- Comment gérer mes priorités pour mieux équilibrer temps personnel et professionnel ?
- Comment avoir plus confiance en moi ?

Autant d'éléments qui au final vous permettront d'être peut-être plus en phase avec vous même.

### Comment ça marche ?

1

Nous nous rencontrons pour faire connaissance lors d'un premier RDV gratuit et nous nous engageons ensuite d'un commun accord à poursuivre le travail dans le cadre d'un contrat.

2

Le client, comme le coach peuvent décider à tout moment d'arrêter le travail s'il estime que les objectifs du contrat sont atteints ou qu'il ne souhaite plus poursuivre le travail.

3

Il peut être réalisé au travers de plusieurs séances (nombres de séance à déterminer) avec un collaborateur dans le cadre d'un contrat tripartite ou individuel.

# LES ATELIERS PROS

## En entreprise

Effervsens peut vous proposer des ateliers pratiques pour travailler sur l'efficacité professionnelle, le bien-être et la qualité de vie au travail ou encore vous accompagner dans votre stratégie RH.

Voici quelques exemples d'ateliers que nous pouvons animer avec vos équipes :

### **La boîte à outil du manager sous forme d'ateliers avec mise en pratique de 3h/thématique :**

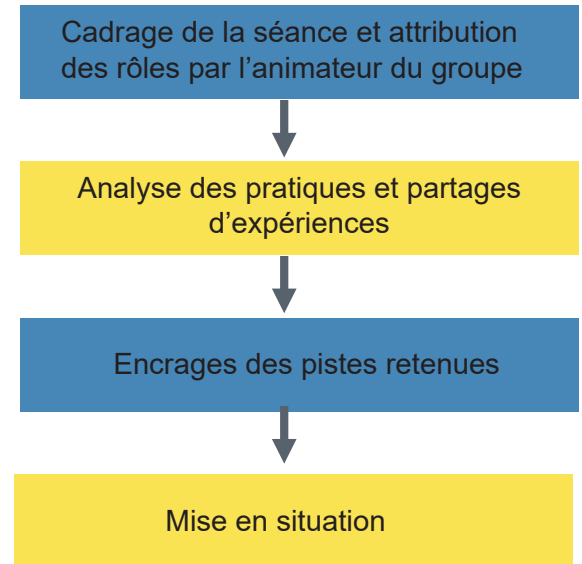
- Les différents types d'entretiens
- La gestion du temps et des priorités
- Définir les valeurs de l'équipe
- La marque employeur
- La conduite de réunions efficaces et dynamiques
- Décliner une vision en objectifs opérationnels : mise en situation avec les OKR

# Groupe de co-développement et APP

## Objectifs pédagogiques

Le codéveloppement est une approche de développement professionnel, qui place un petit groupe de personnes d'un même domaine d'expertise dans une relation d'entraide et d'échanges afin de trouver de nouvelles solutions à des problématiques communes.

Ces groupes peuvent également prendre la forme d'**Analyse de pratiques professionnel** (APP) supervisés par des **psychologues** ou **coachs certifiés** à ce type d'animation.



Audience : Entre paires



Durée : 1h30 ou format  
½ journée, ou journée



Poursuite : Coaching individuel

# NOS FORMATIONS

Des formations expérientielles et innovantes pour replacer le sens au centre des préoccupations et agir sur l'engagement des salariés et la performance économique.

Forts de son expertise en bilans de compétences, Effervsens a développé une formation autour des métiers de l'accompagnement basée sur les **tests de personnalité**.

Effervsens vous propose en partenariat avec Interactif Formation de nombreuses formations issues de domaines d'interventions variés tels que :

- Management et pratiques professionnelles
- Communication interpersonnelle
- RH
- Gestion du stress et prévention des risques psychosociaux
- Relation clients



# ENTREPRENDRE DANS LES METIERS DE L'ACCOMPAGNEMENT

## MODULE 1: CRÉER SON ACTIVITE ET ANIMER UN BILAN DE COMPETENCES

Possibilité d'effectuer la formation en présentiel ou distanciel

**Vous êtes salarié et l'envie de prendre votre envol vous titille de plus en plus mais vous n'osez pas franchir le cap ?**

Vous souhaitez entreprendre mais n'avez pas envie de suivre une formation scolaire car au fond vous n'avez pas prévu de devenir expert en déclarations fiscales ?

Ce module est dédié aux futurs indépendants des métiers de l'accompagnement qui souhaitent être accompagnés pas à pas, de façon simple et personnalisée, dans la création de leur activité liée à l'accompagnement des projets professionnels.

### **1 : Démarrer son activité**

Les démarches administratives, devenir organisme de formation, la certification Qualiopi.

### **2 : Définir sa cible client et ses prestations**

Quelle est ma valeur ajoutée ? A qui je veux m'adresser ? Par quels moyens est-ce que je souhaite toucher mes clients ?

### **3 : Etablir un business plan**

Etudier le marché pour positionner son offre tarifaire clarifier ses prestations, établir un business plan sur le modèle Canvas.

### **4 : La méthodologie du bilan de compétences**

Partage d'outils et accompagnement à la posture de consultant en assistant à des RDV duo avec un consultant expérimenté.



Audience : professionnel  
de l'accompagnement  
indépendant



Durée : 14h - 2h/semaine



Poursuite : formations tests  
JANUS

# ENTREPRENDRE DANS LES METIERS DE L'ACCOMPAGNEMENT

## MODULE 2: INTERPRETER LES TESTS JANUS

Possibilité d'effectuer la formation en présentiel ou distanciel

**Vous êtes un professionnel de l'accompagnement et souhaitez élargir votre palette de compétences en vous appuyant sur des tests de personnalité complets et pertinents?**

Ce module est dédié aux coaches, thérapeutes et consultants qui souhaitent s'appuyer sur des tests de personnalité dans leurs prestations de bilans de compétences, orientation scolaire, coaching ou consulting RH.

**Partie théorique : (2 jours)**

### **Les tests et leur interprétation**

Introduction à la PNL et système de valeurs

Motivations et formes d'intelligence

Analyse transactionnelle, biorythme, relation aux autres

### **Le fonctionnement commercial**

Présentation du livret de restitution et du guide d'accompagnement.

### **Mise en pratique:**

Exercices pratiques sur 2 demi-journées et 3h analyse de pratique individuelle

Certification (1/2 journée de 4h)



Audience : professionnel de l'accompagnement, thérapeute, RH



Durée : 28h - 4j



Poursuite : formation : Animer une équipe avec les tests Métis

# ENTREPRENDRE DANS LES METIERS DE L'ACCOMPAGNEMENT

## MODULE 3: ACCOMPAGNER UNE EQUIPE AVEC LES TESTS METIS

Formation en présentiel

**Vous êtes un professionnel de l'accompagnement, intervenant en entreprise, RH ou encore dirigeant d'entreprise et vous souhaitez avoir une vue sur les complémentarités d'une équipe et travailler sur la notion de cohésion et de performance d'équipe ?**

Nous vous proposons de vous former au test Metis afin de vous donner quelques clés pour accompagner une équipe à mieux se connaître et à être plus efficiente dans son fonctionnement.

### Prérequis:

- Avoir effectué le module 2 des Editions Janus
- Avoir une première expérience en terme d'accompagnement d'équipes.

### Programme:

- Attentes et objectifs des apprenants
- Le cadrage de la demande
- Vendre son projet à l'équipe
- Animer par le jeu
- Les tests Metis pour travailler sur la connaissance de soi et la cohésion d'équipe
- Aider une équipe à travailler sur ses valeurs et poser des objectifs en adéquation
- Aider une équipe à définir son niveau de maturité



Audience : Consultant  
entreprise, Coach d'équipes



Durée : 1j



Poursuite : se former au  
coaching d'équipes

# Coworking

By Effervsens

Parce que nos valeurs reposent sur la **synergie des compétences, la créativité et la co-construction**, ce lieu a été pensé pour accueillir différents professionnels de l'accompagnement comme des coachs, des **consultants, formateurs et thérapeutes**, qui souhaitent s'inscrire dans cet ADN, via un espace de coworking et une communauté de partage.



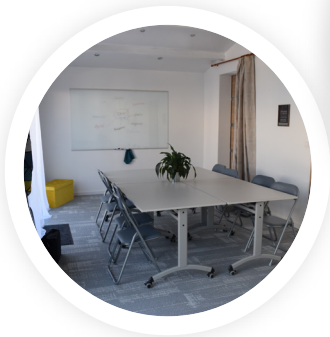
Vous rêvez de travailler en chaussons confortablement installé dans un canapé ?

Vous êtes plutôt ambiance jus de fruit, soleil et terrasse ?

Vous avez besoin de brainstormer pour être créatif ?

Cet espace est pour vous, en mode flex office et librement accessible pour tous les intervenants ayant un abonnement mensuel dans le centre.

Possibilité de louer des bureaux privés ou la salle de conférence pour organiser vos formations, conférences et ateliers. Salle entièrement modulable en fonction des besoins.



# NOS ATELIERS BIEN-ETRE

## ★ Ateliers

- Ateliers méditation
- Cercles de femmes désirs d'enfants, cercle de femmes pour célébrer le passage de saisons + atelier naturopathie
- Ateliers sur la confiance en soi
- Cercles de paroles dédiés au burn out

## ★ Consultations individuelles

- Auprès de nos partenaires **thérapeutes, psychologues et coachs**
- Consultation naturopathie, réflexologie plantaire, massages
- Consultation Gestalt thérapeute, psychoboxe et Art thérapie
- Consultation psychologue du travail



# NOTES

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Handwriting practice lines consisting of 14 horizontal dashed lines.



« Dans la vie tu as deux choix, le matin soit tu te recouches pour continuer à rêver, soit tu te lèves pour réaliser tes rêves »

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

S.A.R.L Effervsens- SIREN 848092797- TVA FR20848092797  
23, rue Daniel St Pol 72100 Le Mans

N° OF : 52720181872



EfferVsens

**Qualiopi**  
processus certifié

La certification est délivrée au titre d'un Bilan de compétences,  
d'une action de formation



23 rue Daniel St Pol  
72100 Le Mans



09.51.23.52.08



[contact@effervsens.fr](mailto:contact@effervsens.fr)