

# Libre de mots

WWW.LIBREDEMOTS.COM

## NOS FORMATIONS

- Suivre une formation Libre de Mots, c'est faire **le choix de développer ses compétences orales et écrites.**
- Suivre une formation Libre de Mots, c'est **s'approprier son écriture** et l'adapter à un contexte professionnel.
- Suivre une formation Libre de Mots, c'est **reprendre conscience de ses qualités humaines et professionnelles.**
- Suivre une formation Libre de Mots, c'est **réussir à oser, se dépasser, s'exprimer.**

### **ARTISTIQUE**

PEINTURE, MUSIQUE,  
PHOTOGRAPHIE, ART FLORAL  
JAPONAIS, GRAFFI, CARNETS  
CRÉATIFS, MUSÉES...

### **LUDIQUE**

JEUX DE SOCIÉTÉ, SUR LES  
ÉMOTIONS ET SUR LES  
BESOINS; JEUX POUR  
CRÉER DE LA COHÉSION,  
PHOTO LANGAGE...

### **NEUROSCIENTIFIQUE**

MÉTHODE DE LA CLASSE  
INVERSÉE, QUIZZ ET  
QUESTIONNAIRES,  
SKETCHNOTING,  
STORYTELLING

## ***NOS PLUS-VALUES***

---

- **Ecrire hors schéma scolaire**

Une autre mission de l'association consiste à utiliser l'écriture hors schéma scolaire, ce qui permet aux participants de dépasser des sentiments négatifs créés par des situations d'exclusion sociale et/ou d'illettrisme. L'objectif ? Accéder à une évolution personnelle et professionnelle.

- **Faciliter l'apprentissage**

« Libre de mots » s'appuie sur une démarche pédagogique active, centrée sur les participants, acteurs de leur formation. Les formatrices et animatrices utilisent une pluralité d'approches pédagogiques : ludique, artistique, sensorielle, coopérative, interrogative... Ainsi, dans leurs rôles d'accompagnatrices et facilitatrices d'apprentissage, elles gardent au cœur de la construction des ateliers les besoins des participants.

- **S'adapter au besoin**

L'association anime également des journées de formations en lien avec l'écrit et l'oral pour les salariés du privé comme du public. Pourquoi ? Pour améliorer ses écrits professionnels, travailler sa communication orale et écrite, aider à la préparation de concours, écriture de projet professionnel, écriture de bilan de compétences...

Toutes les formations proposées sont modulables en fonction des besoins professionnels.



# NOS FORMATIONS PROFESSIONNELLES



Vous avez un projet de formation pour vous ou votre équipe ?

Toutes les offres sont modulables à la demande.

Nous créons pour vous des parcours spécifiques, selon vos besoins.

---

## **SIMULATION ENTRETIEN ET POSTURE PROFESSIONNELLE**

Objectif: être capable de parler de ses qualités, de ses compétences  
et connaître son environnement de travail

## **FORMATION DE FORMATEUR**

Objectif: transmettre avec des méthodes pédagogiques, ludiques  
et innovantes

## **SAVOIR GÉRER SON STRESS**

Objectif: avoir une bonne compréhension et appréhension du stress  
pour gagner en performance

## **PRISE DE PAROLE IMPACTANTE**

Objectif: prendre conscience et s'entraîner sur ses forces et ses  
faiblesses pour améliorer sa communication



# NOS FORMATIONS PROFESSIONNELLES



Vous avez un projet de formation pour vous ou votre équipe ?

Toutes les offres sont modulables à la demande.

Nous créons pour vous des parcours spécifiques, selon vos besoins.

---

## MAITRISER SA COMMUNICATION ECRITE ET ORALE

Objectif: remettre de l'humain dans ses écrits professionnels et améliorer son argumentation orale

## IMAGE DE SOI

Objectif: comprendre les différentes perceptions de son image pour gagner en confiance

## MANAGEMENT

Objectif : comprendre les fondamentaux de la gestion du collectif

## SAVOIR GERER DES SITUATIONS CONFLICTUELLES AU TRAVAIL

Objectif : comprendre la communication non-violente pour améliorer ses relations



# NOS FORMATIONS PROFESSIONNELLES



Vous avez un projet de formation pour vous ou votre équipe ?

Toutes les offres sont modulables à la demande.

Nous créons pour vous des parcours spécifiques, selon vos besoins.

---

## SAVOIR PARLER DE SOI GRÂCE AU STORYTELLING

Objectif : comprendre et utiliser un outil  
pour valoriser son identité

## METTRE DE L'HUMAIN DANS SES ÉCRITS PROFESSIONNELS

Objectif : maîtriser la communication  
par les outils digitaux et non-digitaux

## COHÉSION D'ÉQUIPE PAR L'ÉCRITURE ET LE JEU

Objectif : renforcer l'esprit d'équipe  
et trouver des objectifs communs

## SAVOIR ANIMER UN DEBAT

Objectif: Dynamiser l'échange dans un groupe