



# Catalogue de Formations

**Devenez une entreprise vraiment inclusive  
& plus attractive pour plus de performance !**



# Sommaire

<b>Nos convictions &amp; notre mission.....</b>	<b>3</b>
<b>Nos solutions &amp; chiffres clés.....</b>	<b>4</b>
<b>Pourquoi nous choisir ?.....</b>	<b>5</b>
<b>Des partenaires de confiance .....</b>	<b>6</b>
<b>Les + de nos formations.....</b>	<b>7</b>
<b>Focus sur les cordées .....</b>	<b>8</b>
<b>Formations</b>	
<b>MANAGEMENT INCLUSIF .....</b>	<b>9</b>
<b>VISA DIVERSITÉ.....</b>	<b>10</b>
<b>HANDIMANAGEMENT.....</b>	<b>11</b>
<b>MANAGEMENT &amp; DISABILITY.....</b>	<b>12</b>
<b>VISA HANDIMANAGEMENT.....</b>	<b>13</b>
<b>SANTÉ MENTALE.....</b>	<b>14</b>
<b>HF-MANAGEMENT.....</b>	<b>15</b>
<b>ATOUT PARENTALITÉ.....</b>	<b>16</b>
<b>VISA MIXITÉ.....</b>	<b>17</b>
<b>TACT.....</b>	<b>18</b>
<b>COHÉSIO.....</b>	<b>19</b>
<b>ENSEMBLE.....</b>	<b>20</b>
<b>VISA XYZ .....</b>	<b>21</b>
<b>Contactez-nous.....</b>	<b>22</b>

## Nos convictions

**Companieros est un organisme de formation et de conseil convaincu que les sujets de Diversité, d'Équité et d'Inclusion sont de puissants leviers pour donner du sens au travail et renouveler les pratiques professionnelles.**

**Notre objectif est clair : contribuer à la performance des organisations et au bien commun en valorisant chaque talent.**

**Depuis 2004, nous portons deux convictions :**

- le travail est une dimension essentielle de la vie humaine ;
- chaque personne peut trouver et développer son propre espace d'action et de responsabilité.

**Nous accompagnons les entreprises pour qu'elles soient vraiment inclusives et attractives, en réunissant les énergies nécessaires à une performance durable.**



## Notre mission

**Insuffler l'esprit Companieros pour faire des entreprises des lieux de sens.**

**Dans un élan positif, nous voulons être et former les « Companieros » :**

- Compagnons d'aventure dans le travail
- Managers attentifs et confiants
- Dirigeantes et dirigeants ouverts et novateurs

*En juin 2025, Companieros a changé de main. Crée par un couple d'entrepreneurs, l'entreprise a été transmise à deux salariées historiques qui en sont maintenant les co-dirigeantes: Agnès de Freslon et Florence Masquin.*



## Nos solutions



### Domaines d'expertise

MIXITÉ & ÉGALITÉ PROFESSIONNELLE

HANDICAP

DIVERSITÉ

FAIT RELIGIEUX EN ENTREPRISE

MIXITÉ GÉNÉRATIONNELLE

MANAGEMENT INCLUSIF

SENS AU TRAVAIL



### Types d'intervention

DIAGNOSTIC & PLAN D'ACTION

ATELIERS

FORMATIONS

CONFÉRENCES

ÉVÈNEMENTS

## Chiffres clés

25 ans  
d'expertise

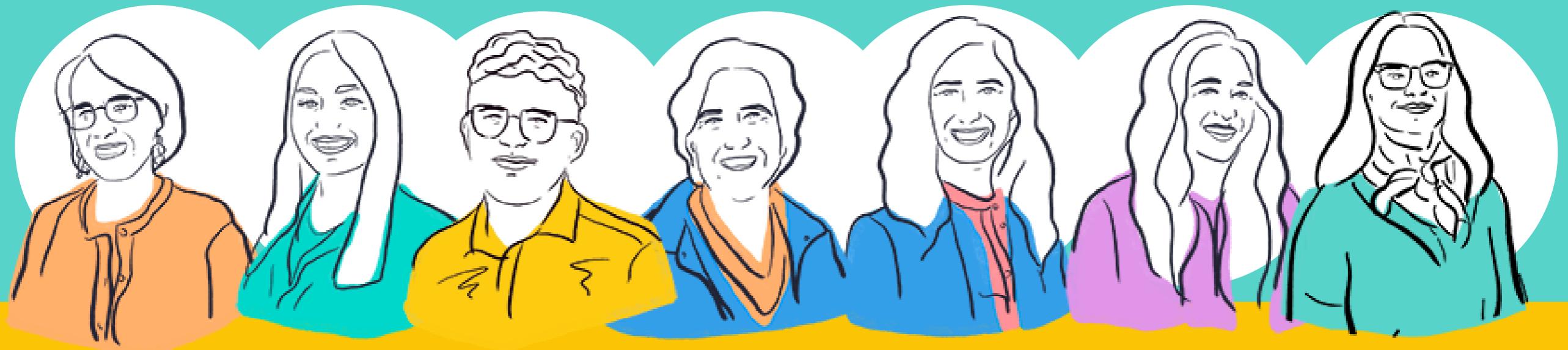


+ 30 000  
personnes ont  
obtenu un Label  
Companieros



+ 200  
entreprises  
accompagnées

## Pourquoi nous choisir ?



### Une équipe experte des sujets de Diversité et d'Inclusion...

- 25 ans d'expérience sur le handicap, la mixité, le sexisme, le fait religieux, etc.
- Interventions en entreprise et dans l'enseignement supérieur.
- Adaptation à chaque public et à chaque organisation.

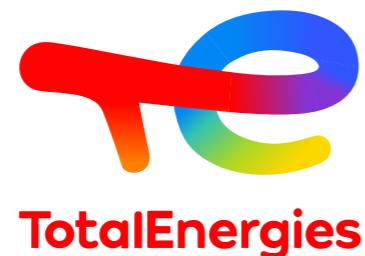
### ... passionnée par la pédagogie

- Une pédagogie active et inspirante, qui fait réfléchir, échanger et agir.
- Des apprentissages concrets et engageants, ancrés dans la réalité des participants.
- Une vision positive et inclusive, où chaque voix compte et fait évoluer les pratiques.
- Une pédagogie qui a fait l'objet d'un accord AFNOR en 2011, gage de qualité et d'impact durable.



## Des partenaires de confiance

+200 entreprises nous font confiance



*"Companieros nous a accompagnés avec écoute, structure et conviction dans la valorisation de notre offre de formation à l'international sur l'égalité femmes-hommes et l'inclusion."*

***Directrice Gender Equality,  
Accompagnement & conseil***

*"C'est un sujet qui concerne tous les Managers et sans doute également tous les collaborateurs de l'entreprise."*

***Manager de Crédit Agricole Languedoc,  
Formation Cap Mixité***

*"Ce parcours m'as permis d'ouvrir mon esprit, d'acquérir énormément de connaissances. Je serai plus serein pour accueillir des personnes en situation de handicap dans la vie professionnelle comme personnelle."*

***Manager de Air Liquide,  
Formation Handimanagement***



## Les + de nos formations

Nous avons la capacité de mobiliser toutes les strates des organisations afin d'insuffler le changement à tous les niveaux :

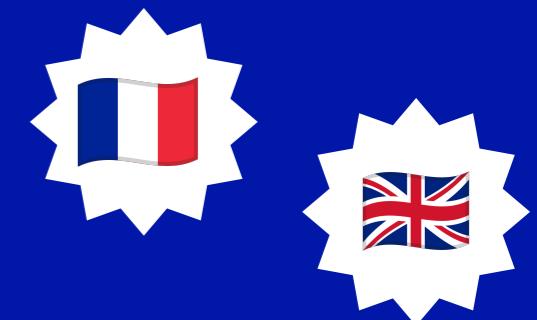
- en entreprise : instances dirigeantes, RH, managers, collaborateurs, alternants.
- en établissement d'enseignement supérieur : étudiants, personnels des écoles.

À la fin de chaque formation, nous délivrons un Label qui valide les acquis et donne confiance pour agir en faveur d'un environnement professionnel inclusif.



Nous adaptons nos formations en fonction de vos besoins :

- en présentiel, en distanciel ou en hybride,
- en format court ou long,
- en français ou en anglais.



## Le résultat

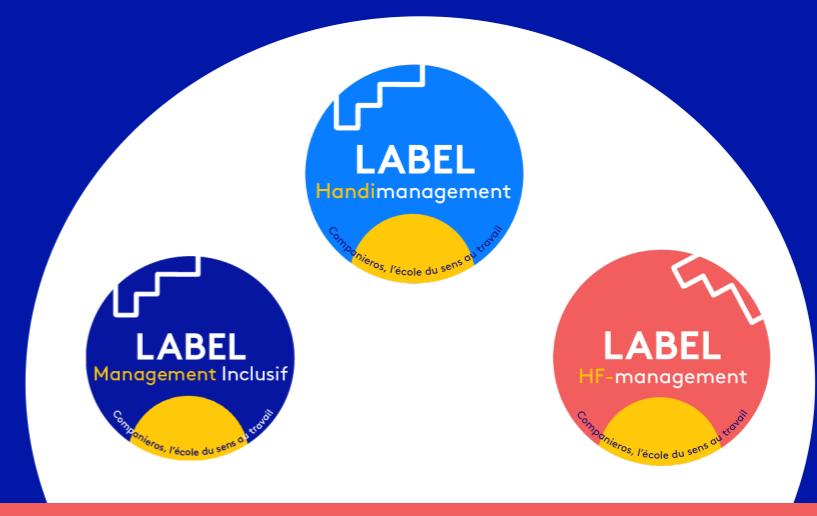
- ★ Des environnements de travail plus inclusifs,
- ★ Une valorisation de tous les talents,
- ★ Une culture d'entreprise renforcée,
- ★ Une performance accrue au quotidien.

## Focus sur les cordées

**Un dispositif pour former dans les entreprises et/ou dans les établissements d'enseignement supérieur.**

**Une cordée est constituée de 10 personnes qui se forment ensemble via un mix innovant de parcours digital individuel et de rendez-vous collectifs pour échanger entre pairs.**

**Ce format est disponible pour les formations Management Inclusif, HF-Management et Handimanagement.**



7h30 de formation  
sur 2 mois



Accès individuel  
à la plateforme  
de formation



Webinaire inspirant  
pour approfondir  
et interagir ensemble



Moments d'échange  
et de partage en cordée



**Un accompagnement individuel**  
**Corrections et remarques**  
**individualisées par un**  
**membre de l'équipe**  
**Companieros pour**  
**accompagner au plus**  
**prêt les participants à**  
**l'obtention de leur Label.**

# Formation MANAGEMENT INCLUSIF



**Les managers sont en première ligne pour fidéliser et développer les talents !**



La formation Management Inclusif propose un changement de regard sur le rôle du manager en explorant le sens de sa mission. Elle favorise la compréhension de son propre fonctionnement cognitif et des enjeux d'adaptativité.

Les participants acquièrent une vision claire du lien entre inclusion, coopération et performance durable. Elle propose une compréhension approfondie des mécanismes individuels et collectifs qui favorisent l'inclusion, ainsi qu'un entraînement concret aux compétences managériales inclusives.

## 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

### COMPRENDRE :

- Les enjeux de l'inclusion pour les équipes et pour la performance globale.
- Son propre mode de fonctionnement : biais, zones de confort, leviers d'agilité.
- Les mécanismes qui influencent la participation et la prise de parole dans les collectifs.

### DÉCRYPTER :

- L'impact des stéréotypes et des biais dans les relations professionnelles.
- Les situations de désengagement et leurs causes profondes.

### AGIR :

- Mettre en œuvre des pratiques managériales qui favorisent l'équité, la coopération et l'expression de tous.
- Mobiliser ses équipes autour d'objectifs partagés.
- Construire une feuille de route managériale individuelle.

## 2. Contenu de la formation

### 1/ Être manager : aspirations, craintes et sens au travail

- Interroger sa mission managériale et le sens au travail.
- Identifier ce qui nourrit ou fragilise le sens au travail.
- Comprendre les destructeurs de sens liés à la conformité, la diversité et l'inclusion.
- Repérer ses zones d'incertitude et freins à l'action inclusive.

### 2/ Diversité cognitive / connaître son cerveau

- Notions clés pour comprendre son fonctionnement cognitif.
- Agilité mentale : dépasser ses automatismes.
- Motivations profondes et leviers d'énergie.
- Dynamiques de groupe et effets sur l'inclusion.

### 3/ Management inclusif : Mises en situation

- Créer du sens et de l'engagement.
- Adapter son management aux singularités.
- Repérer et corriger les micro-exclusions.
- Décider et arbitrer avec équité.

### 4/ Construire sa feuille de route

- Définir les priorités inclusives de son équipe.
- Identifier ressources, signaux faibles et points d'appui.
- Formaliser une feuille de route : rituels, pratiques, suivi.

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Public :** managers ou étudiants

**Prérequis :** Aucun

**Durée :** 20h sur 6 mois

**Format :** en cordée

**Évaluation :**  
Label Management Inclusif

### Moyens et méthodes pédagogiques :

- mises en situation (exemples réels de l'entreprise si possible),
- échanges entre pairs.

**Supports de fin de formation :**  

- diplôme Label et attestation,
- répertoire managérial,
- feuille de route.

**Intervenante :** Florence Masquin  
Co-Dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

**Tarif :** nous consulter

## CONTACT



Florence Masquin  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Directrice du pôle Mixité et Diversité  
f.masquin@companieros.com  
06 20 30 38 64

La formation est accessible, sauf exception, aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
a.defreslon@companieros.com

# Formation VISA DIVERSITÉ



DIVERSITÉ

## Former les managers à la diversité, chemin d'excellence managériale.

La diversité recouvre aujourd'hui une multiplicité de thèmes : sexe, orientation sexuelle, âge, expression des convictions religieuses, origine sociale, sexisme, etc...



La formation "VISA Diversité - Cap sur un management inclusif" est conçue pour susciter curiosité et ouverture d'esprit et dépasser une vision de la diversité en silos, c'est-à-dire par catégorie de publics. Elle est centrée sur les notions clés communes à tous les champs de la diversité et permet d'accéder à une valeur commune qui en émerge : l'altérité, point d'appui d'un management universel.

Dialoguante et concrète, la formation VISA Diversité mise sur l'échange entre pairs pour changer de perspective. Elle identifie, à partir de mises en situation, les pratiques managériales et les comportements inclusifs.

## 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

### COMPRENDRE :

- Explorer ce que recouvre la diversité dans l'entreprise,
- Découvrir les enjeux de performance.

### DÉCRYPTER :

- Appréhender les stéréotypes et leur impact sur les individus et le collectif de travail,
- Acquérir des repères de base sur les discriminations : chiffres clés, cadre légal, ...

### AGIR :

- Adopter les bons comportements et les pratiques managériales pour valoriser tous les talents et se mobiliser sur le sujet.

## 2. Contenu de la formation

### 1 / Diversité : de quoi parle-t-on?

- Représentations sur le sujet de la diversité.
- Contexte culturel sur la question de la « diversité ».
- Les enjeux pour l'entreprise.
- La réalité des discriminations : chiffres clés & cadre légal.

### 2 / Notions clefs

- Stéréotypes & biais cognitifs.
- Normes implicites pouvant discriminer indirectement.
- Une notion de curseur qui varie en fonction des individus.

### 3/ Le rôle du manager pour valoriser tous les talents

- Rôle des acteurs de l'entreprise / rôle spécifique du manager.
- Environnement de travail inclusif.
- Intégration vs inclusion.
- Travail sur des cas pratiques.
- Repères managériaux.

## INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers et acteurs RH

Prérequis : aucun

Durée : 3h30 ou 6h

Modalités : en présentiel ou en distanciel

Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- apports théoriques,
- mises en situation.

Evaluation :  
Label Visa Diversité

Supports de fin de formation :

- diplôme et attestation,
- répertoire managérial.

Intervenante : Lucy de Noblet  
Conférencière, experte, formatrice

Tarif: nous consulter

## CONTACT



Florence Masquin

Co-dirigeante de CompanierOs

Directrice du pôle Mixité et Diversité

f.masquin@companieros.com

06 20 30 38 64

La formation est accessible, sauf exception,  
aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
a.defreslon@companieros.com

# Formation HANDIMANAGEMENT



HANDICAP

## Réussir l'intégration professionnelle des personnes en situation de handicap dans une culture orientée vers la performance !



Proposée et actualisée par CompanierOs depuis 2004, la formation Handimanagement crée les conditions d'un changement de regard et de comportement.

Elle est conçue pour donner envie aux participants de devenir des acteurs engagés en faveur de l'intégration de tous dans leur entreprise. À la fin de la formation, les participants obtiennent leur Label Handimanagement qui les identifie et leur donne confiance pour agir.

Espace de formation, de dialogue et d'action, les participants suivent un parcours en ligne avec des temps collectifs et des temps individuels qui favorisent le questionnement et le dialogue entre pairs.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Maîtriser les notions clés et les enjeux pour l'entreprise, décrypter les stéréotypes et changer de regard.

#### CONVAINCRE :

- Construire une argumentation solide et opérationnelle pour dialoguer et sensibiliser sur le sujet en entreprise.

#### AGIR:

- Adopter les bons comportements, acquérir des compétences managériales pour valoriser tous les talents et se mobiliser sur le sujet.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Immersion, complexité, rencontre

Apprivoiser une clé essentielle : les préjugés et se laisser éclairer par l'expérience de l'autre :

- Identifier les stéréotypes.
- Comprendre le mécanisme des stéréotypes à la discrimination.
- Découvrir le poids des préjugés et mesurer leur impact.

#### 2/ B-A-BA et notions clés

Acquérir des repères de base sur le sujet du handicap en entreprise :

- Chiffres clés.
- Familles de handicap.
- Cadre légal.
- Obligation des entreprises.
- Enjeux pour l'entreprise.

#### 3/ Management

Travailler sur des situations concrètes et faire émerger des repères pour l'action :

- Cas pratiques.
- S'approprier des repères managériaux.
- Choix d'une bonne pratique ou d'un comportement à faire évoluer.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : tous collaborateurs et étudiants

Prérequis : aucun

Durée : 7h sur 2 mois

Modalités : en cordée

Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- cas pratiques,
- activités pédagogiques variées: vidéos, quiz, forums, ...

Évaluation :

Label Handimanagement

Supports de fin de formation :

- diplôme Label et attestation,
- mémo handicap,
- répertoire managérial.

Intervenante : Agnès de Freslon  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle handicap et parcours étudiants.

Tarif: nous consulter

### CONTACT



Agnès de Freslon  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Directrice du pôle Handicap et parcours étudiants  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)  
06 88 84 02 50

La formation est accessible, sauf exception, aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)

# Formation MANAGEMENT & DISABILITY



MANAGEMENT & DISABILITY

## Changer de regard sur le handicap, à travers une approche inclusive et universelle !



Dans un monde professionnel globalisé, la perception du handicap varie selon les cultures, les cadres juridiques et les sensibilités locales. Cette formation internationale (en anglais) propose une approche universelle fondée sur la compréhension, le dialogue interculturel et la mise en action concrète.

À travers des études de cas, des partages d'expériences et des outils directement transposables, la formation aide les équipes et les managers à adopter une posture inclusive, quel que soit leur environnement local. Un programme adaptable à tous contextes culturels pour créer une culture commune de l'inclusion et faire du handicap un levier d'engagement, de cohésion et de performance durable.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Comprendre les repères essentiels d'un management attentif à toutes les individualités.

#### CONVAINCRE :

- Changer de regard sur le handicap et contribuer à faire évoluer celui des autres.

#### AGIR :

- Se préparer à jouer un rôle actif dans l'intégration du handicap au sein de l'entreprise, afin que chacun y trouve pleinement sa place.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Comprendre et intégrer le handicap au travail quelle que soit la culture du pays :

Se questionner sur sa propre compréhension du handicap et se laisser éclairer par l'expérience de l'autre :

- Stéréotypes.
- Rencontre avec une personne en situation de handicap.
- Engagements internationaux.

#### 2 / B-A BA et notions clés :

Acquérir des repères de base sur le handicap :

- Définitions.
- Chiffres clés.
- Familles de handicap.

#### 3/ Management :

Travailler sur des situations concrètes pour adopter une posture managériale inclusive :

- Cas pratiques.
- Repères managériaux.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : tous collaborateurs

Prérequis : aucun



Durée : 5h sur 2 mois

Modalités : en cordée

Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- workshop,
- mini-parcours.

Évaluation :

Label Management & Disability

Supports de fin de formation :

- diplôme Label et attestation,
- mémo handicap,
- répertoire managérial.

Intervenante : Lucy de Noblet  
Conférencière, experte, formatrice

Tarif: nous consulter

### CONTACT



Agnès de Freslon

Co-dirigeante de Companieros

Directrice du pôle Handicap

et parcours étudiants

a.defreslon@companieros.com

06 88 84 02 50

La formation est accessible, sauf exception,  
aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
a.defreslon@companieros.com

# Formation VISA HANDIMANAGEMENT



VISA HANDIMANAGEMENT

## Sensibiliser efficacement les managers pour créer un environnement inclusif dans leur environnement.



La formation VISA Handimanagement est conçue pour donner aux managers les repères essentiels sur l'intégration du handicap en entreprise, à travers un format court, engageant et concret, disponible en présentiel ou à distance.

Elle a pour objectif de partager une vision inclusive et bienveillante du handicap, considéré comme un facteur de richesse humaine et de performance collective.

Cette formation offre aux managers l'opportunité de comprendre leur rôle clé dans la création d'un environnement de confiance, équitable et facilitateur, propice à ce que chacun trouve sa place dans l'entreprise et y contribue pleinement.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### PRENDRE CONSCIENCE :

- Des enjeux du sujet du handicap en entreprise.
- Découvrir le poids des préjugés.
- Comprendre les mécanismes qui amènent à discriminer.
- Comprendre l'impact du manager.

#### AGIR :

- Adopter les bons comportements et les pratiques managériales pour valoriser tous les talents et contribuer à un environnement inclusif.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Handicap : de quoi parle-t-on ?

- Représentation et stéréotypes sur le handicap.
- Chiffres clés.
- Enjeux pour l'entreprise.

#### 2/ Les cas pratiques

- Travail sur 4 cas pratiques adaptés aux besoins de l'entreprise (recrutement, maintien dans l'emploi, inclusion, ...).

#### 3/ Avoir les bons réflexes pour une entreprise inclusive

- Le rôle de chacun : découvrir le rôle des acteurs de l'entreprise.
- Bonnes pratiques pour être un manager inclusif et non discriminant.
- Conclusion et échanges sur le choix d'un engagement individuel.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers

Prérequis : aucun

Durée : 3h

Modalités : en présentiel ou en distanciel

Évaluation :

Label VISA Handimanagement

Moyens et méthodes pédagogiques :

- quiz et éclairages théoriques,
- chiffres clés,
- dialogue et questionnement,
- cas pratiques.

Supports de fin de formation :

- diplôme et attestation,
- répertoire managérial.

Intervenante : Agnès De Freslon  
Co-Dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle handicap et cordée étudiante

Tarif: nous consulter

### CONTACT

Agnès de Freslon  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Directrice du pôle Handicap et parcours étudiants  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)  
06 88 84 02 50



La formation est accessible, sauf exception, aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)

# Formation SANTÉ MENTALE



Santé mentale

## Former les managers à l'importance de la santé mentale pour comprendre, agir et prévenir.

La santé mentale est un pilier souvent invisible...jusqu'à ce qu'elle vacille. Nous avons tous un rôle clé à jouer pour créer un environnement de travail sain, soutenant et durable.

Un atelier participatif sur la santé mentale alliant théorie et mises en situation. Il vise à impulser un mouvement individuel et collectif par la prévention de la santé et l'inclusion de la vulnérabilité. Il permet de libérer la parole, lever les tabous, démystifier la santé mentale, comprendre ses premières dimensions et clarifier les différents termes associés.

Cette formation donne les clés pour agir concrètement, avec justesse et bienveillance.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Maîtriser les fondamentaux de la santé mentale et comprendre pourquoi elle est un enjeu majeur en milieu professionnel
- Reconnaître et détecter les facteurs de risques et les leviers de prévention dans leur environnement de travail

#### ÊTRE OUTILLÉ

- Être outillé pour adopter une posture managériale proactive, bienveillante et efficace face aux enjeux de santé mentale.

#### AGIR :

- Savoir mobiliser efficacement les ressources internes et externes pour accompagner et soutenir les collaborateurs en difficulté.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Santé mentale : de quoi parle-t-on ?

- Les enjeux : pourquoi une grande cause nationale
- Définition – cadre légal
- Chiffres clés et impacts.
- Représentation sur le sujet de la santé mentale : prise de conscience des stéréotypes et préjugés.
- Impacts individuels et collectifs.

#### 2/ Les cas pratiques

- Prévenir les différents troubles : troubles anxieux, dépression, Burn-out, Bore-out, Brown-out.
- Aider un collaborateur en souffrance : Méthode AERER (Approcher, Écouter, Réconforter, Encourager, Renseigner) , mais aussi détecter et orienter.

#### 3/ Avoir les bons réflexes pour une organisation inclusive

- Bonnes pratiques pour être un manager inclusif et pour agir de manière préventive.
- Conclusion et échanges sur le choix d'une action individuelle et bienveillante.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers

Prérequis : aucun

Durée : 3h

Modalités : en présentiel

#### Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- apports théoriques,
- mises en situation,
- vidéos,
- quiz interactif,
- cas pratiques.

Supports de fin de formation :  
Mémo de formation

Intervenante : Myriam Henri  
Expertise diversité - inclusion

Tarif : nous consulter

### CONTACT



Agnès de Freslon

Co-dirigeante de CompanierOs

Directrice du pôle Handicap

et parcours étudiants

a.defreslon@companieros.com

06 88 84 02 50

La formation est accessible, sauf exception,  
aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
a.defreslon@companieros.com

# Formation HF-MANAGEMENT



## Comprendre la mixité femmes-hommes comme un levier de performance et de sens au travail et agir pour valoriser tous les talents !



La formation HF Management prend appui sur une vision positive, universelle et rassembleuse de la mixité femmes-hommes, levier de performance et de sens au travail pour les hommes comme pour les femmes.

Sa pédagogie unique favorise le dialogue et le questionnement et invite à identifier son espace de responsabilité individuelle, notamment managériale. Des repères très concrets sont transmis pour bâtir un environnement de travail qui favorise le développement de tous les talents à la hauteur de leurs compétences. Espace de formation, de dialogue et d'action, les participants suivent un parcours en ligne avec des temps collectifs et des temps individuels.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Les enjeux de la mixité professionnelle.
- La mesure du gâchis de talents révélé par le manque de mixité.
- L'impact des stéréotypes, du sexe, des normes implicites sur les parcours professionnels.

#### AGIR :

- Adopter les bons comportements et les pratiques managériales pour valoriser tous les talents.
- Contribuer à un environnement non discriminant.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ La mixité: défi de performance et de sens au travail pour tous, hommes et femmes

- Exploration collective du sujet.
- Hommes et femmes : un accès inégal au monde du travail (histoire & chiffres clés).
- Enjeux et défis pour l'entreprise.

#### 2/ Comprendre les freins à l'épanouissement professionnel des femmes

- Stéréotypes.
- Sexisme.
- Organisation du travail.

#### 3/ La mixité concrètement - Atelier managérial

- Cas pratiques : travail sur des situations concrètes en entreprise.
- Le rôle de chacun.
- Choix d'une bonne pratique ou d'un comportement à faire évoluer.

### INFORMATIONS PRATIQUES

**Public :** tous collaborateurs et étudiants

**Prérequis :** aucun

**Durée :** 7h30 réparties sur 2 mois

**Modalités :** en cordée

**Évaluation :**  
Label HF Management

#### Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- activités pédagogiques variées: vidéos, quiz, forums, ...
- cas pratiques.

#### Supports de fin de formation:

- diplôme Label et attestation,
- mémo Mixité
- répertoire Managérial

**Intervenant:** Florence Masquin  
Co-Directrice de Companieros  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

**Tarif:** nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin  
Co-Directrice de Companieros  
Directrice du pôle Mixité et Diversité  
[f.masquin@companieros.com](mailto:f.masquin@companieros.com)  
06 20 30 38 64

La formation est accessible, sauf exception, aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)

# Formation ATOUT PARENTALITÉ



ATOUT PARENTALITÉ

## Construire une entreprise inclusive pour des parents-professionnels épanouis et performants !



La formation Atout Parentalité est conçue pour susciter curiosité, ouverture d'esprit et casser ses idées préconçues sur la parentalité en entreprise. Cette formation aborde des notions clés liées à la parentalité au travail, permet de prendre conscience des freins personnels, organisationnels et managériaux qui pèsent sur l'épanouissement des salariés parents en entreprise.

Elle éclaire le rôle des différentes parties-prenantes de l'entreprise, notamment des managers, et transmet des bonnes pratiques pour accompagner au mieux les salariés-parents et faire en sorte de développer leurs compétences à la hauteur de leur potentiel !

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Comprendre les enjeux liés à la parentalité dans le monde professionnel.
- Identifier les freins qui impactent les collaborateurs parent.
- Connaître les obligations légales et dispositifs existants.

#### CONVAINCRE :

- Changez votre regard sur la parentalité en entreprise et contribuez à changer celui des autres.

#### AGIR :

- Développer des pratiques managériales et RH inclusives pour les parents.
- Contribuer à un environnement non discriminant.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Dialogue : de quoi parle-t-on?

- Partage des expériences personnelles et professionnelles.
- Découverte des chiffres clés et des enjeux de la gestion de la parentalité en entreprise.

#### 2/ Impacts de la parentalité pour les salariés et l'entreprise

- L'entrée dans la parentalité : des modifications physiologiques et organisationnelles pour les salariés qui peuvent impacter l'entreprise.
- Le mécanisme des stéréotypes.
- Les normes implicites au travail.

#### 3/ Cadre légal et obligations de l'employeur

- Découverte du cadre légal et des évolutions législatives : Congés maternité, paternité, adoption, parental, droits liés à la grossesse, ...
- Zoom sur les évolutions récentes et à venir : monoparentalité ; accompagnement PMA, ...

#### 4/ Gérer au mieux la parentalité en entreprise : une question de confiance !

- Diverses parties-prenantes impliquées : RH ; salariés ; managers... et la direction,
- Travail sur des cas pratiques,
- Repères managériaux,
- Choix d'une bonne pratique ou d'un comportement à faire évoluer.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers et acteurs RH

Prérequis : aucun

Durée : 3h

Modalités : en présentiel ou en distanciel

#### Évaluation :

Label Atout Parentalité

#### Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement entre pairs,
- éclairages théoriques et cadre légal,
- cas pratiques,
- repères managériaux.

#### Supports de fin de formation :

- diplôme Label et attestation,
- mémo de fin de formation.

Intervenante : Florence Masquin

Co-Dirigeante de Companieros  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

Tarif : nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin

Co-dirigeante de Companieros

Directrice du pôle Mixité et Diversité

f.masquin@companieros.com

06 20 30 38 64

La formation est accessible, sauf exception,  
aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
a.defreslon@companieros.com

# Formation VISA MIXITÉ



**Sensibiliser efficacement les managers et les faire travailler sur leur pratique managériale liée à la mixité femmes-hommes !**



La formation VISA Mixité est conçue pour donner aux managers des repères de base sur le sujet de l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes via un format court, agile et efficace, en présentiel ou à distance.

Elle a pour objectif de partager une vision positive, universelle et rassembleuse de la mixité femmes-hommes, levier de performance et de sens au travail pour les hommes comme pour les femmes. L'opportunité pour les managers, de comprendre leur rôle pour contribuer à leur niveau à valoriser tous les talents.

## 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

### COMPRENDRE :

- Comprendre les enjeux de la mixité professionnelle.
- Prendre la mesure du gâchis de talents révélé par le manque de mixité.
- Comprendre l'impact des stéréotypes, du sexisme, des normes implicites sur les parcours professionnels.

### AGIR :

- Adopter les bons comportements et les pratiques managériales pour valoriser tous les talents.
- Contribuer à un environnement non discriminant.

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Public :** managers et acteurs RH

**Prérequis :** aucun

**Durée :** 3h

**Modalités :** en présentiel ou en distanciel

**Évaluation :**  
Label VISA Mixité

### Moyens et méthodes pédagogiques :

- éclairages théoriques,
- outils participatifs,
- cas pratiques.

### Supports de fin de formation:

- diplôme Label et attestation,
- mémo de formation.

**Intervenante :** Florence Masquin  
Co-Dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

**Tarif:** nous consulter

## CONTACT



Florence Masquin  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Directrice du pôle Mixité et Diversité  
[f.masquin@companieros.com](mailto:f.masquin@companieros.com)  
06 20 30 38 64

# Formation TACT



## Aborder en confiance les relations entre hommes et femmes et prévenir les dérives de comportements.



La formation TACT a été conçue avec une pédagogie fondée sur le dialogue et le questionnement, favorisant les prises de consciences personnelles et collectives, à travers 3 points d'appui en mettant en confiance.

Cette formation permet d'ouvrir un espace de dialogue sur un sujet tabou avec comme finalité : le partage d'une vision commune d'un environnement de travail respectueux, non sexiste.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Partager une vision commune d'un environnement de travail qui respecte chacun.
- Appréhender les relations femmes-hommes comme enjeu de performance individuelle et collective.

#### AGIR :

- Qualifier les dérives et connaître leurs conséquences légales potentielles.
- Savoir prévenir et réagir selon sa position dans l'entreprise.

### INFORMATIONS PRATIQUES

**Public :** managers et acteurs RH

**Prérequis :** aucun

**Durée :** 3h30 ou 6h

**Modalités :** en présentiel ou en distanciel

**Évaluation :**  
Label TACT

#### Moyens et méthodes pédagogiques :

- éclairages théoriques,
- échanges et questionnements,
- cas pratiques.

#### Supports de fin de formation :

- diplôme Label et attestation,
- mémo de formation.

**Intervenante :** Florence Masquin  
Co-Dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

**Tarif:** nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin

Co-dirigeante de CompanierOs

Directrice du pôle Mixité et Diversité

f.masquin@companieros.com

06 20 30 38 64

# Formation COHESIO



EXPRESSION DU FAIT RELIGIEUX EN ENTREPRISE

## Outiller les managers pour gérer sereinement le fait religieux en entreprise



Les pratiques religieuses et les religions en général s'invitent dans l'entreprise: aménagements d'horaires, signes identitaires, relations entre les personnes... les demandes liées à l'expression des convictions religieuses ne sont pas neutres pour l'organisation et génèrent parfois des réactions qui font peser un risque sur la cohésion.

Face à cela les managers sont souvent démunis pour apporter, dans le respect de la loi, des réponses ajustées à leurs enjeux de performance tout en préservant la cohésion de leurs équipes. C'est un sujet qu'il est nécessaire de creuser personnellement et de clarifier pour gagner en neutralité personnelle et en assertivité managériale.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### DÉCRYPTER

- Les situations de façon éclairée en maîtrisant les notions clés.

#### COMPRENDRE :

- Dialoguer en construisant un discours pacifique et raisonné, clair sur les enjeux.

#### AGIR :

- Adopter des réflexes managériaux neutres pour traiter les situations.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Questionnement collectif

- Identifier les résistances.
- Éclairer la complexité du sujet.
- Dissocier croyances et expression des croyances.

#### 2/ Contexte sociétal et notions clés

- Repères historiques.
- Notions de base : laïcité et neutralité, espace public et privé.
- Chiffres clés.

#### 3/ Cadre légal et obligations de l'employeur

- Enjeux pour l'entreprise.
- Cadre légal et conséquences pour le manager.
- Politique de l'entreprise.

#### 4 / Mises en situation

- Répondre en confiance aux demandes.
- Harmoniser les pratiques dans l'entreprise.
- Boîte à outils du manager.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers et acteurs RH

Prérequis : aucun

Durée : 3h30 ou 6h

Modalités : en présentiel ou en distanciel

Évaluation :  
Label Cohesio

Moyens et méthodes pédagogiques :

- éclairages théoriques,
- dialogues et questionnements,
- cas pratiques.

Supports de fin de formation :  
• diplôme Label et attestation,  
• mémo Cohesio

Intervenante : Lucy de Noblet  
Conférencière, experte, formatrice

Tarif : nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin

Co-dirigeante de CompanierOs

Directrice du pôle Mixité et Diversité

f.masquin@companieros.com

06 20 30 38 64

# Formation ENSEMBLE



Sensibilisons ENSEMBLE

## Travailler ensemble avec toutes nos différences, sans discrimination.

La formation sensibilisante ENSEMBLE offre un changement de regard sur les enjeux du racisme et de l'antisémitisme en invitant chacun à comprendre la diversité et ses paradoxes. Elle permet de mieux appréhender les mécanismes à l'œuvre dans les stéréotypes, les discriminations et leurs impacts, tout en ouvrant un espace d'exploration personnelle sur nos propres représentations.

Les participants développent une compréhension claire du cadre légal, des différentes formes de racisme et d'antisémitisme, ainsi que des comportements adaptés lorsqu'ils sont témoins, victimes ou mis en cause.

Grâce à des mises en situation concrètes et à une réflexion guidée, la formation encourage l'engagement individuel et collectif pour renforcer le respect de chacun et contribuer à un climat serein au sein des organisations.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Enjeux de la diversité : un défi de sens au travail.

#### GARANTIR UN CLIMAT SEREIN :

- Appréhender les stéréotypes et leur impact sur les individus et le collectif de travail.
- Acquérir des repères de base sur les discriminations : chiffres clés, cadre légal, ...
- Favoriser la liberté d'expression dans le respect et la tolérance

#### AGIR :

- À partir de situations concrètes, identifications des comportements et pratiques qui contribuent à un environnement inclusif.

### 2. Contenu de la formation

#### 1 / Diversité : de quoi parle-t-on?

- Définition de la diversité.
- Discrimination : une réalité (définitions et chiffres clés).
- Focus sur le racisme (définitions, cadre légal, différentes formes, histoire).
- Focus sur l'antisémitisme (définitions, cadre légal, différentes formes, histoire).

#### 2 / Notions clefs

- Stéréotypes & biais cognitifs et leurs impacts.
- Normes implicites pouvant discriminer indirectement.
- Une notion de curseur qui varie en fonction des individus.

#### 3/ Mises en situation

En tant que victime, témoin, mis en cause :

- Identifier les bons comportements.
- Savoir répondre.
- Qui contacter ?

### INFORMATIONS PRATIQUES

**Public :** tous collaborateurs & étudiants

**Prérequis :** aucun

**Durée :** 1h30

**Modalités :** en présentiel ou en distanciel

**Moyens et méthodes pédagogiques :**

- dialogue et questionnement,
- apports théoriques,
- outils d'animation variés : quiz, vidéos, mises en situation...

**Supports de fin de formation :**  
• mémo de formation.

**Intervenante :** Lucy de Noblet  
Conférencière, experte, formatrice

**Tarif:** nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin  
Co-dirigeante de CompanierOs  
Directrice du pôle Mixité et Diversité  
[f.masquin@companieros.com](mailto:f.masquin@companieros.com)  
06 20 30 38 64

La formation est accessible, sauf exception, aux personnes en situation de handicap.  
Pour tout renseignement, contacter  
Agnès de Freslon - 0688840250  
[a.defreslon@companieros.com](mailto:a.defreslon@companieros.com)

# Formation VISA XYZ



MIXITÉ GÉNÉRATIONNELLE

## Faire collaborer des équipes multigénérationnelles avec plaisir et efficacité.



La formation VISA XYZ est conçue pour donner aux managers des repères de base sur la gestion d'équipes multi-générationnelles via un format court, agile et efficace, en présentiel ou à distance.

Tout en éclairant l'évolution du rapport au travail sur les dernières décennies, la formation invite à dépasser les différences générationnelles pour se centrer sur les besoins fondamentaux des hommes et des femmes au travail, quel que soit leur âge.

Elle donne des clés aux managers pour créer des environnements de travail inclusifs et collaboratifs qui favorisent la créativité, l'innovation et la productivité.

### 1. Objectifs de la formation

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

#### COMPRENDRE :

- Regarder l'entreprise sous l'angle de sa mixité générationnelle.
- Comprendre l'évolution du rapport au travail sur les 5 dernières décennies.
- Comprendre les enjeux pour l'entreprise d'attirer et fidéliser des talents dans toutes les générations.
- Explorer les enjeux spécifiques aux collaborateurs identifiés comme junior et senior.
- Comprendre les stéréotypes et leur impact sur les individus et le collectif de travail.

#### AGIR :

- Adopter les bons comportements et les pratiques managériales pour valoriser tous les talents et contribuer à un environnement non discriminant.

### 2. Contenu de la formation

#### 1/ Immersion : générations et stéréotypes

- Identifier les multiples représentations liées aux générations présentes dans le monde du travail.
- Comprendre la notion de biais cognitifs et son impact sur les relations et les décisions.
- Éclairer l'évolution du rapport au travail sur les 5 dernières décennies.
- Faire émerger une quête commune de sens au travail transgénérationnelle.

#### 2/ Notions clés

- Chiffres clefs: démographie de l'entreprise / discriminations liées à l'âge / senior et junior.
- Complexité du sujet / interdépendance des générations / effets de générations vs effets d'âge.
- Enjeux pour l'entreprise / cadre légal.
- Intégration vs inclusion.

#### 3/ Le rôle du manager pour valoriser tous les talents

- Travail sur des cas pratiques.
- Repères managériaux.
- Choix d'une bonne pratique ou d'un comportement à faire évoluer.

### INFORMATIONS PRATIQUES

Public : managers et acteurs RH

Prérequis : aucun

Durée : 4h ou 7h30

Modalités : en présentiel ou en distanciel

Évaluation :  
Label VISA XYZ

Moyens et méthodes pédagogiques :

- dialogue et questionnement,
- apports théoriques,
- cas pratiques.

Supports de fin de formation :  
• diplôme Label et attestation,  
• répertoire managérial.

Intervenante : Florence Masquin  
Co-Dirigeante de CompanierOs  
Responsable du pôle Mixité et Diversité

Tarif : nous consulter

### CONTACT



Florence Masquin

Co-dirigeante de CompanierOs

Directrice du pôle Mixité et Diversité

f.masquin@companieros.com

06 20 30 38 64



## Contactez-nous !

### Agnès de Freslon



*Co-Dirigeante*

**Responsable du pôle Handicap et des parcours étudiants**

a.defreslon@companieros.com  
06 88 84 02 50

### Florence Masquin



*Co-Dirigeante*

**Responsable du pôle Mixité Femmes-Hommes et Diversité**

f.masquin@companieros.com  
06 20 30 38 64



**Inscrivez-vous à notre Newsletter inclusive**  
pour recevoir nos inspirations et clés pratiques pour porter l'esprit inclusif dans vos organisations.

[www.companieros.com](http://www.companieros.com)

### Financement

Companieros est un organisme de formation référencé DATADOCK et QUALIOPI, un gage de qualité qui permet donc à nos formations d'être prises en charge par votre OPCO.

*Accompagnement administratif par nos soins.*

**Les tarifs sont adaptatifs et peuvent être dégressifs en fonction de votre projet. Contactez-nous !**

**Qualiopi**   
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**  
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
Action de formation