

— INTER-ENTREPRISES · LES FONDAMENTAUX DU MANAGEMENT

Prendre sa place de manager

| *Je pilote, je fais grandir, j'embarque.*

23 & 24 novembre 2026

INTER-ENTREPRISES · DISC & SINÉA PROFILE EN AMONT · VISIO 3H30 À 3 À 6 MOIS

Détails logistiques

Informations pratiques



LE LIEU

L'Arboretum

1 place des Papeteries, Nanterre

Un cadre d'exception propice à la réflexion et à l'entraînement intensif.

LE FORMAT

2 journées + 3h30 en visio

Deux journées consécutives d'entraînement, puis une visio de 3h30 trois à six mois plus tard : retour d'expérience et séquence manager leader.

Questionnaire DISC en amont

Passé avant la formation, puis exploité pendant les mises en situation et les études de cas.

Sinéa Profile & SeedUp

Le portrait de personnalité et l'application d'ancrage, connectés pour prolonger la formation sur le terrain.

CALENDRIER

23
Nov

Jour 1 : clarifier son rôle et construire sa posture

Présentiel · L'Arboretum, Nanterre

24
Nov

Jour 2 : communiquer, faire progresser et mobiliser

Présentiel · L'Arboretum, Nanterre



Retour d'expérience : une demi-journée

Trois à six mois après la formation : bilan des actions, mesure des évolutions de pratiques, partage des réussites et des difficultés.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Mises en situation

Études de cas

Livrables concrets

Une pédagogie active : autodiagnostic comportemental, cas issus du quotidien des participants, jeux de rôle, entraînement au feedback et au recadrage. Chacun repart avec son plan de prise de poste à 90 jours et sa boîte à outils.

Les chiffres clés

Le manager, premier levier de performance



70%



EFFET MANAGER

De la variance de l'engagement d'une équipe s'explique par son manager.

Source : Gallup, State of the American Manager

8%



URGENCE FRANÇAISE

De salariés engagés en France, le plus bas niveau d'Europe.

Source : Gallup, State of the Global Workplace 2026

1 sur 3



MANAGERS NON FORMÉS

30 % des managers déclarent n'avoir reçu aucune formation au management.

Source : Robert Walters, enquête France 2024

7 sur 10



UNE DEMANDE FORTE

Ont demandé une formation pour exercer leur fonction, 30 % en ont bénéficié.

Source : Robert Walters, enquête France 2024

La colonne vertébrale du parcours

Les trois rôles du manager



📈 RÔLE 1

Pilote de son activité

- ✓ **Diagnostiquer son activité**
Cartographier les enjeux, les priorités et les zones de risque.
- ✓ **Cadrer et organiser**
Qui fait quoi, avec quels moyens et dans quel délai.
- ✓ **Fixer des objectifs clairs**
Des attentes explicites et des critères de réussite partagés.
- ✓ **Installer ses rituels de pilotage**
Des points d'avancement réguliers pour ajuster la trajectoire.

🌱 RÔLE 2

Manager coach

- ✓ **Diagnostiquer son équipe**
Évaluer autonomie et maturité, construire un plan par collaborateur.
- ✓ **Conduire ses entretiens**
Un rythme régulier de feedbacks plutôt qu'un rendez-vous annuel.
- ✓ **Responsabiliser sans se substituer**
Déléguer réellement plutôt que de reprendre la main.
- ✓ **Adapter sa posture à chaque profil**
S'appuyer sur le DISC et le Sinéa Profile.

★ RÔLE 3

Leader

- ✓ **Donner le cap**
Une direction lisible et les conditions de la réussite collective.
- ✓ **Embarquer par la communication**
Des messages qui fédèrent au-delà des consignes.
- ✓ **Développer la coopération**
Créer la confiance et traiter tôt ce qui dérape.
- ✓ **Exemplarité, exigence et soutien**
Le trio qui fait qu'une équipe avance durablement.

Module 1 - Se manager soi-même et clarifier son rôle

🎯 Objectif : poser ses fondations

📋 DISC & Sinéa Profile



Tout commence par soi

- ✓ **Comprendre son propre fonctionnement**
DISC et Sinéa Profile : ses préférences, ses moteurs, ses angles morts.
- ✓ **Repérer ses réactions sous tension**
Identifier ce qui se joue en soi avant de vouloir gérer les autres.
- ✓ **Cultiver sa ressource interne**
Tenir dans la durée : lucidité, régulation, hygiène managériale.

01



Clarifier son périmètre

- ✓ **Clarifier son rôle et ses missions**
Distinguer ce qui relève du manager de ce qui relève de l'équipe.
- ✓ **Identifier ses responsabilités**
Savoir où s'arrête son autonomie et où commence celle des autres.
- ✓ **Comprendre les attentes de son N+1**
Celles de l'organisation, de l'équipe et de son propre manager.

02



Décider et assumer

- ✓ **Décider à son niveau**
Prendre des décisions adaptées à son niveau de responsabilité.
- ✓ **Assumer ses décisions**
Porter leurs conséquences et les expliquer à l'équipe.
- ✓ **Trouver la bonne distance**
Développer son courage managérial sans perdre la proximité.

03

Module 2 · Pilote, coach, leader : incarner les trois rôles

🎯 Objectif : incarner les trois rôles

📖 Études de cas



Pilote de son activité

- ✓ **Diagnostiquer son activité**
Cartographier les enjeux, les priorités et les zones de risque.
- ✓ **Cadrer et organiser**
Structurer le travail, répartir les rôles, poser ses rituels de pilotage.
- ✓ **Fixer des objectifs SMART**
Spécifiques, mesurables, atteignables, réalistes et temporellement définis.

01



Manager coach

- ✓ **Diagnostiquer son équipe**
Évaluer autonomie et maturité, construire un plan par collaborateur.
- ✓ **Responsabiliser sans se substituer**
Déléguer réellement plutôt que de reprendre la main.
- ✓ **Adapter son management aux profils**
Ajuster sa posture aux besoins de chaque profil comportemental.

02



Leader

- ✓ **Donner du sens**
Créer les conditions de la réussite collective.
- ✓ **Adapter son style**
Moduler selon la situation et le niveau d'autonomie du collaborateur.
- ✓ **Équilibrer exigence et soutien**
Faire grandir par une posture d'accompagnement exigeante.

03

Module 3 - Communication, feedback et entretiens individuels

🎯 Objectif : dire et faire progresser

🎭 Jeux de rôle



Se faire comprendre

- ✓ **Structurer ses messages**
Une communication claire, adaptée et constructive.
- ✓ **Donner des consignes précises**
Et vérifier leur bonne appropriation.
- ✓ **Pratiquer l'écoute active**
Questionner avec efficacité pour faire émerger le réel.

01



Les quatre feedbacks

- ✓ **Valorisation, progression, correctif, recadrage**
Identifier le bon registre selon la situation.
- ✓ **Valoriser les réussites**
Reconnaître les efforts et les comportements positifs.
- ✓ **Formuler un feedback factuel**
Précis, daté et orienté vers l'action.

02



Conduire ses entretiens

- ✓ **Réussir ses premiers entretiens individuels**
Trame, préparation, conduite et engagements de sortie.
- ✓ **Recadrer de manière constructive**
Poser le cadre sans abîmer la qualité de la relation.
- ✓ **Prévenir les conflits par le feedback**
Traiter tôt ce qui dérape, avant que la tension ne s'installe.

03

Module 4 · Animer son collectif et engager l'action

🎯 Objectif : faire vivre le collectif

📅 Plan de prise de poste



Animer son équipe

✓ Conduire sa première réunion d'équipe

Cadrer, embarquer et donner le ton dès les premières minutes.

✓ Installer ses rituels

Point hebdomadaire, entretiens réguliers, débrief de projet.

✓ Développer la coopération

Créer la confiance, gérer les tensions et fédérer autour d'objectifs partagés.

01



Embarquer et piloter

✓ Clarifier les résultats attendus

Définir les critères de réussite avec le collaborateur.

✓ Impliquer sur les moyens

Laisser le collaborateur proposer le comment.

✓ Suivre et ajuster

Faire le point régulièrement et corriger la trajectoire.

02



Le plan des 90 jours

✓ Construire son plan 30-60-90

Transformer les apprentissages en actions datées.

✓ Définir ses engagements

À court et à moyen terme, avec des échéances tenues.

✓ Choisir ses indicateurs

Mesurer les progrès réalisés jusqu'au retour d'expérience.

03

Séquence 5 · Retour d'expérience et manager leader

🎯 Objectif : ancrer et prendre de la hauteur

📌 À distance



Retour d'expérience

- ✓ **Faire le bilan du plan des 90 jours**
Ce qui a été tenu, ce qui a glissé, et pourquoi.
- ✓ **Mesurer les évolutions de pratiques**
Ce que les gestes SeedUp ont changé au quotidien.
- ✓ **Partager réussites et difficultés**
Le collectif de pairs comme ressource de résolution.

01



Prise de parole managériale

- ✓ **Porter son message**
Structurer et incarner une intervention devant son équipe.
- ✓ **Installer le dialogue**
Faire circuler la parole plutôt que descendre l'information.
- ✓ **Gagner en présence**
Asseoir sa légitimité par une posture cohérente.

02



Lien avec sa hiérarchie

- ✓ **Capter les attentes du CODIR**
Comprendre ce qu'on attend vraiment de son périmètre.
- ✓ **Nourrir la relation avec son N+1**
L'angle le plus souvent sous-investi par les managers.
- ✓ **Amorcer une conduite du changement**
Traduire une décision du haut en mouvement dans l'équipe.

03

Réussir sa prise de poste

Vos livrables concrets



LE PLAN DES 90 JOURS

30
Jours

Observer et comprendre

Rencontrer chaque collaborateur, diagnostiquer l'activité, clarifier les attentes de son propre manager.

60
Jours

Cadrer et engager

Poser ses rituels, conduire sa première réunion d'équipe, fixer les premiers objectifs.

90
Jours

Piloter et faire grandir

Dérouler les plans individuels, installer le feedback régulier, ajuster la trajectoire.

LA BOÎTE À OUTILS DU NOUVEAU MANAGER

Chaque participant repart avec :

- ✓ Son **plan de prise de poste à 90 jours**, construit et daté en formation.
- ✓ Ses **trames d'entretien** : individuel, feedback, recadrage.
- ✓ La **check-list des premières semaines**.
- ✓ Sa **grille de diagnostic d'équipe** et les plans individuels associés.

UTILISABLE DÈS LE LUNDI

Pas de théorie à emporter : des outils remplis avec ses propres situations, utilisables dès le lundi suivant.

- ✓ Les gestes SeedUp suivent le rythme du plan des 90 jours.
- ✓ La visio de 3h30 se fait sur la base de ces livrables.

Connaissance de soi & ancrage terrain

Sinéa Profile & SeedUp



SINÉA PROFILE

Votre portrait de personnalité

Au-delà du DISC, Sinéa Profile approfondit la connaissance de soi : mode de fonctionnement, préférences de communication, points d'appui et zones de vigilance. Restitué et travaillé pendant la formation.

SEEDUP

Microdoing by SeedUp

Chaque jour un geste, au bout de six semaines un réflexe. L'application propose des gestes managériaux courts à pratiquer sur le terrain, au rythme des premières semaines dans le poste.

Une expérience personnalisée

Sinéa Profile est connecté à SeedUp : les gestes proposés tiennent compte de votre profil et de vos zones de progression.

LE FIL DU PARCOURS



Avant • Se connaître

Questionnaire DISC et Sinéa Profile, passés en amont de la formation.



Pendant • S'entraîner

Deux journées de mises en situation, nourries par les profils individuels.



Après • Ancrer

SeedUp au quotidien et plan des 90 jours, puis la visio de 3h30 à 3 à 6 mois.

POURQUOI ÇA MARCHE

Ce que change l'ancrage digital :

- ✓ Une formation qui ne s'arrête pas à la porte de la salle.
- ✓ Un accompagnement calé sur le tempo réel d'une prise de poste.
- ✓ Des gestes courts, adaptés à votre profil, pratiqués en situation réelle.

Public & cadre de la formation



PUBLIC VISÉ

Primo-managers et managers en poste

Managers en prise de poste, ou déjà en poste et souhaitant consolider des fondamentaux jamais formalisés.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue du parcours, les participants seront capables de :

- ✓ Clarifier leur fonctionnement, leur rôle, leur périmètre et leur posture.
- ✓ Incarner les trois rôles du manager : pilote de son activité, coach et leader.
- ✓ Formuler des feedbacks de valorisation, de progression, correctifs et de recadrage.
- ✓ Animer leur collectif et construire leur plan de prise de poste à 90 jours.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Une seule condition : encadrer une équipe ou être en prise de fonction managériale.

MÉTHODE & ÉVALUATION

Pédagogie active, centrée sur l'entraînement :

- ✓ Études de cas issues du quotidien des participants, mises en situation et jeux de rôle.
- ✓ Autodiagnostic DISC et Sinéa Profile, exploités tout au long des deux journées.
- ✓ Production des livrables en séance : plan 90 jours, trames, check-list.
- ✓ Auto-positionnement, plan d'action individuel et visio de 3h30 à 3 à 6 mois.

Investissement

Tarif & options



★ TARIF DU PARCOURS

2 250 € HT

PAR PARTICIPANT

Tout inclus :

- ✓ 2 journées présentielle à L'Arboretum (23 et 24 novembre 2026).
- ✓ Questionnaire DISC et Sinéa Profile, débriefés en formation.
- ✓ Accès à SeedUp pour ancrer les gestes managériaux sur le terrain.
- ✓ Visio de 3h30 à 3 à 6 mois : retour d'expérience et séquence manager leader.
- ✓ La boîte à outils : plan 90 jours, trames d'entretien, check-list.

📈 OPTIONS • COACHING INDIVIDUEL

Pack Déclic • 1h

270 € HT

Une heure ciblée pour préparer une échéance clé.

Pack Envergure • 2×1h30

750 € HT

Trois heures d'accompagnement en profondeur (250 € HT/h).

☀️ CE QUI NOUS DIFFÉRENCIE

- ✓ Un parcours qui ne s'arrête pas à la salle : SeedUp prolonge la formation sur le terrain.
- ✓ Pensé pour la prise de poste : des livrables datés, des cas réels.
- ✓ Profil comportemental individuel, pas de contenu générique.
- ✓ Une visio de 3h30 à 3 à 6 mois, incluse dans le tarif.

Les pièces de votre dossier

● ORGANISME

Sinea Performance, SIRET 900 724 071. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro **11922421692** auprès du préfet de région Île-de-France. Cet enregistrement vaut enregistrement, sans valoir agrément de l'État.

Certification **Qualiopi** délivrée au titre de la catégorie actions de formation.

● TARIF ET FACTURATION

2 250 € HT par participant, soit **2 700 € TTC**. TVA au taux de 20 %.

Facture adressée par voie électronique, réglable à **30 jours** à compter de sa réception, par virement bancaire. Subrogation possible vers votre OPCO après accord de prise en charge.

● REPORT ET ANNULATION

Plus de 15 jours ouvrés	Sans frais
De 15 à 8 jours ouvrés	50 %
Moins de 8 jours ouvrés, ou absence	100 %
Remplacement d'un participant par un collaborateur possible jusqu'à la veille, sans frais.	

● VOS INTERLOCUTEURS

François Clais, référent handicap. Il étudie chaque situation et construit les adaptations avec vous. Écrivez à fclais@sineaperformance.fr au moins **5 jours** avant la session.

Patricia Raharinirina, référente administrative, suit conventions, factures et dossiers OPCO. bonjour@sineaperformance.fr

● PÉDAGOGIE ET ÉVALUATION

Questionnaire de positionnement et profils comportementaux passés en amont. Mises en situation et jeux de rôle sur les cas réels apportés par les participants. Livrables produits en séance.

Évaluation des acquis en fin de parcours, questionnaire de satisfaction à chaud, puis mesure du transfert lors de la séquence de suivi.

— PROCHAINE ÉTAPE

Prêts à prendre votre place ?

Là où la compétence prend racine.

Réservez votre place · 23 & 24 novembre 2026

2 250 € HT · DISC, SINÉA PROFILE ET SEEDUP INCLUS · PLAN DE PRISE DE POSTE À 90 JOURS

Parlons de votre parcours

SINÉA PERFORMANCE

bonjour@sineaperformance.fr

L'Arboretum · 1 place des Papeteries, Nanterre