

2023-2024

# Saint-Thomas



## FORMATIONS

CENTRE DE FORMATION

CONTINUE ET PROFESSIONNELLE

DU CENTRE SCOLAIRE  
SAINT-THOMAS D'AQUIN

SAINTE  
**Thomas**  
**d'Aquin**  
Centre Scolaire VERITAS

**Qualiopi**  
processus certifié  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE





*Et si nos valeurs répondaient à vos attentes ?*



**Xavier Gouët**

Directeur général  
du Centre scolaire  
Saint-Thomas d'Aquin

Directeur  
de l'Enseignement supérieur  
et de Saint-Thom Formations

Saint-Thomas d'Aquin... une longue tradition de transmission !  
Saint-Thom Formations... une opportunité de partager nos valeurs  
et nos domaines d'expertise via la formation professionnelle  
continue !

Vous souhaitez bénéficier d'une préparation et d'une certification  
en expression française, en anglais ou en espagnol ?  
Vous souhaitez gagner en qualité de travail en offrant à vos  
équipes une formation sur les soft skills que sont la gestion des  
émotions et le savoir-être en milieu professionnel ?

Vous trouverez dans ce catalogue des propositions animées  
par nos enseignants et les intervenants professionnels avec  
lesquels nous travaillons déjà : je vous invite à venir profiter  
de nos formations et de nos locaux spécialement destinés à la  
formation continue des adultes.

Et n'hésitez pas à nous contacter pour des précisions !

# GESTION DES ÉMOTIONS

## Développer son intelligence émotionnelle dans son milieu professionnel



Présentiel

Dates sessions inter :

8 et 9 février 2024

4 et 5 avril 2024

intra : nous consulter



Durée :

2 jours (14 heures)



Saint-Thomas d'Aquin,

Oullins (69600)

56/70 rue du Perron



Tarif : 680€ HT\*

\*Possibilité financement OPCO, pour toute demande Intra, nous contacter



Frais de pause et repas inclus



Tout public



par Muriel Granger-Thinel

INSCRIPTION

### OBJECTIFS

À la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les émotions et comprendre leur signification
- Connaître les freins à un climat professionnel serein
- Découvrir et mettre en avant ses forces de caractère dans sa vie professionnelle
- Mettre en place des techniques bienveillantes de communication interpersonnelle pour permettre un meilleur épanouissement au travail.

### CONTENUS

- Identifier et comprendre les différentes émotions
- Mesurer son quotient émotionnel, se situer dans son propre fonctionnement
- La régulation des émotions au travail
- Accepter sa responsabilité et les différents modes de communication
- Créer un climat propice aux échanges
- Gérer le conflit et en sortir
- Diffuser la joie et célébrer au travail

### MÉTHODE

- Apport théorique sur les émotions
- Réflexions et échanges à partir de situations réelles et/ou représentatives.
- Ateliers pratiques

### ÉVALUATION

- Bilan personnalisé de l'intelligence émotionnelle et analyse des besoins d'après Carlo Moïso
- Mise en situation orale/écrite au cours de la formation
- Auto-évaluation
- Retour sur expérience 1 à 2 mois après la formation

# SAVOIR-ÊTRE EN MILIEU PROFESSIONNEL

*Pouvoir déployer des modes de communication adaptés à la diversité des situations professionnelles*



Présentiel

Dates sessions inter :

8 et 9 février 2024

4 et 5 avril 2024

intra : nous consulter



Durée :

2 jours (14 heures)



Saint-Thomas d'Aquin,

Oullins (69600)

56/70 rue du Perron



Tarif : 680€ HT\*

\*Possibilité financement OPCO, pour toute demande Intra, nous contacter



Frais de pause et repas inclus



Tout public



par Rachid Fouks,

Fabienne Nicolle

et Janine Bretonnière

INSCRIPTION

## OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Trouver sa juste place dans une structure professionnelle
- Mieux se connaître
- Communiquer en respectant son interlocuteur et en se respectant soi-même
- Communiquer efficacement et de manière adaptée aux différentes situations professionnelles pouvant être rencontrées

## CONTENUS

- Découvrir, comprendre et utiliser les codes professionnels
- S'initier à l'analyse transactionnelle
- Pratiquer une communication efficace
- Décrypter et gérer les émotions dans le monde du travail
- Pratiquer la communication non-violente
- Gérer les situations conflictuelles
- Se familiariser avec les différentes étapes de vie d'une équipe

## MÉTHODE

- Alternance de théorie et de pratique
- Témoignages de professionnels
- Études de cas
- Mises en situation, jeux de rôle
- Tests individuels

## ÉVALUATION

- Bilan pratique
- Mise en situation
- Questionnaire d'auto-évaluation

# ACCOMPAGNEMENT AU TOEIC

*Préparer et valider une certification en anglais*



Présentiel



Dates sessions inter :  
Les mercredis de 10h15  
à 12h15, du 10 janvier au  
14 février 2024 et du 29  
mai au 3 juillet 2024



Durée : 12h



Saint-Thomas d'Aquin,  
Oullins (69600)  
56/70 rue du Perron



Tarif : 540€ HT\*

\*Possibilité financement OPCO,  
pour toute demande CPF ou Intra,  
nous contacter



Tout public



par Florian Zuccolo

**INSCRIPTION**

## OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Connaître la forme de l'examen et en comprendre les attentes
- Renforcer ses compétences réceptives écrites et orales en langue anglaise
- Maîtriser le champ lexical lié au contexte général ou professionnel de l'examen
- Gérer son temps durant le test
- Se fixer un niveau/score cible et s'en approcher au maximum

## CONTENUS

- Identification des forces et des faiblesses via un test de positionnement initial
- Renforcement des acquis en grammaire et vocabulaire
- Entraînement à la compréhension écrite
- Entraînement à la compréhension orale
- Simulation du test (examen blanc) dans les conditions de l'examen
- Méthodologie, exercices et entraînements pour faciliter la préparation à l'examen

## MÉTHODE

- 1 test de positionnement + Tests examen blanc
- 5 sessions de 2h sur 5 semaines + 2h pour l'examen sur la 6ème semaine : accompagnement en présentiel

## ÉVALUATION

- 1 test de compréhension orale de 45mns
- 1 test de compréhension écrite de 1h15

# ACCOMPAGNEMENT AU SELE

*Préparer et valider une certification en espagnol*



Présentiel



Dates sessions inter :  
Les 1,2,8,9 et 16 février  
2024 de 15h à 17h et  
les 2,3,8,9 et 12 avril  
2024 de 15h à 17h



Durée : 10h



Saint-Thomas d'Aquin,  
Oullins (69600)  
56/70 rue du Perron



Tarif : 540€ HT\*

\*Possibilité financement OPCO,  
pour toute demande Intra,  
nous contacter



Tout public



par Tonatiuh Useche  
Sandoval

INSCRIPTION

## OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Préparer et valider une certification en espagnol en présentiel
- A partir d'une évaluation de niveau, se fixer un horizon de progression
- Connaître la forme de l'examen, ses modes d'évaluation et savoir gérer son temps durant le test
- Gagner en assurance et en aisance en compréhension et expression orales
- Acquérir des compétences culturelles pour comprendre le monde hispanophone

## CONTENUS

- Connaître et comprendre les stratégies pour réussir le test
- Comprendre, sélectionner et renforcer les compétences évaluées
- Découvrir et comprendre des spécificités culturelles grâce à un accompagnement avec un formateur natif

## MÉTHODE

- Tests de niveau/de compétences et test blanc d'entraînement en ligne et en présentiel + accompagnement en présentiel ciblant les compétences orales

## ÉVALUATION

- 1 test de compréhension auditive de 55 mn
- 1 test d'expression et d'interaction orales de 20m

# ACCOMPAGNEMENT AU PROJET VOLTARE

*Préparer et valider une certification en langue française*



Présentiel



Dates sessions inter :  
Les mercredis de 14h  
à 15h

Dates précises en bas de page



Durée : 10h



Saint-Thomas d'Aquin,  
Oullins (69600)  
56/70 rue du Perron



Tarif : 540€ HT\*

\*Possibilité financement OPCO,  
pour toute demande CPF ou Intra,  
nous contacter



Tout public

par Elisabeth Rouaix

**INSCRIPTION**

## OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Améliorer ses capacités d'orthographe et de conjugaison
- Situer son niveau et identifier ses axes de perfectionnement

## CONTENUS

- Suivi pédagogique permettant de progresser en orthographe lexicale, grammaticale et en conjugaison

## MÉTHODE

- Test initial d'une heure déterminant un programme individuel d'entraînement.
- Avancer dans l'entraînement en validant des niveaux à raison d'une heure par semaine, les mercredis de 14h à 15h pendant 7 semaines.
- Test intermédiaire pour mesurer la progression.

## EVALUATION

- Épreuve écrite de 3h lors de la 8ème séance avec une courte dictée et un QCM.

## Dates des sessions inter :

1ère session inter : les mercredis de 14h à 15h les 10, 17, 24 et 31 janvier, 7 et 14 février et enfin le 6 mars.

La certification aura lieu le 13 mars de 14h à 17h.

2nde session inter : les mercredis de 14h à 15h les 3 et 10 avril, 15, 22 et 29 mai, et enfin les 5 et 12 juin.

La certification aura lieu le 19 juin de 14h à 17h.

# VOUS DÉCIDEZ !

## *Une journée de formation « sur site » ou « à la carte »*

Toutes les formations proposées au catalogue peuvent faire l'objet d'une demande en intra, selon des conditions matérielles et financières spécifiques, n'hésitez pas à nous consulter !

Notre centre de formation conçoit et anime des formations sur demande et sur mesure, avec un programme élaboré en dialogue avec le client, co-construit pour être au plus près de votre besoin. Une expertise spécifique pourra alors vous être proposée.

Dans tous les cas, nous garantissons l'envoi préalable des devis, des programmes de formation ainsi que tous les documents administratifs nécessaires.

## LEXIQUE

**Inter :** session de formation dispensée pour former des salariés provenant de différentes entreprises, et se déroulant dans nos locaux.

**Intra :** session de formation dispensée pour former des salariés d'une seule et même entreprise, pouvant se dérouler aussi bien dans vos locaux que dans les nôtres.

# BULLETIN D'INSCRIPTION



Bulletin d'inscription en ligne à retrouver sur le site :  
[www.saint-thom.fr](http://www.saint-thom.fr)  
Onglet « Saint-Thom Formations », ou en tapant :  
<https://forms.gle/w9jm5bMZH2AYxUm9>  
ou en scannant le QR code ci-contre et à envoyer  
obligatoirement et au plus tard 20 jours avant le début de la  
date de formation.

Toutes nos formations sont accessibles aux personnes  
porteuses de handicap.

## CONTACT

Elise PLATEL-BURY  
Responsable Saint-Thom Formations  
04 72 66 33 67  
[formations@saint-thom.fr](mailto:formations@saint-thom.fr)

Saint-Thom Formations  
56/70 rue du Perron 69600 Oullins

[saint-thom.fr](http://saint-thom.fr)



**Saint-Thom**  **m**  
 **FORMATIONS**