

Catherine DUGUET

Dirigeante et formatrice

cd@ecole-savoir-vivre.com

Tél : 06 43 43 41 20

www.ecole-savoir-vivre.com

41350 St. Claude de Diray

Siren : 832 450 704

Déplacements dans toute la France



POUR SAVOIR-ÊTRE

**ASSOCIATIONS
INSTITUTIONS
ÉCOLES
CENTRES D'APPRENTISSAGE
ET DE REINSERTION**

APPRENTISSAGE DES CODES SOCIAUX

Savoir-vivre et savoir être social et professionnel

Pour un bien vivre ensemble

Pour maîtriser tous les fondamentaux

Je vous propose les ateliers « savoir être et savoir-vivre » les plus complets et les plus personnalisés qui soient dans l'enseignement de ces domaines. Ils sont élaborés en amont, en fonction de votre public et de vos besoins.

*Le savoir-vivre est une frontière, il peut également devenir une passerelle
Il s'étend démocratiquement à toutes les catégories sociales*

**Allophones (primo-arrivants, réfugiés...)
Adultes et jeunes gens en difficulté**

Objectifs :

- ✓ S'intégrer, progresser, acquérir de l'aisance et de l'assurance dans son quotidien et dans son milieu professionnel, avoir confiance en soi et aborder sa nouvelle vie avec le plus de sérénité possible
- ✓ Téléphoner pour prendre un rendez-vous ou demander un conseil, écrire un mél
- ✓ Se présenter à un entretien d'embauche
- ✓ Se rendre à un rendez-vous pour un logement, à la CAF, à l'école, chez le médecin...
- ✓ Connaître les us et coutumes en France
- ✓ Se familiariser avec la prise de parole (cérémonie de remise des attestations) et apprendre à se valoriser, etc.



Madame Anne-Charlotte BERTRAND, sous préfète de Vierzon.
Monsieur Jean-Yves CIEKOSZ-SAID, délégué du préfet du Cher.



donner la chance à chacun

Catherine,

Je tiens à vous exprimer ma sincère gratitude pour votre approche pédagogique innovante et parfaitement adaptée aux besoins des primo-arrivants et réfugiés d'A.L.F.

En travaillant ensemble, nous visons à faciliter l'adaptation et l'intégration des personnes nouvellement arrivées ou allophones, leur offrant ainsi de précieuses opportunités d'apprentissage et de réussite.

Je suis enthousiaste de cette collaboration qui met en œuvre nos idées et notre savoir-faire au bénéfice de nos apprenant(e)s.

Je vous remercie sincèrement pour votre engagement et votre dévouement, car c'est un privilège de travailler avec des personnes aussi passionnées et dévouées que vous.

Avec toute ma reconnaissance.

Ouarda DJAOUANE - ALF Vierzon



Thierry Maubert • 1er

--Délégué de la Préfète sur Orléans Centre Val de Loire
1 sem. •

Catherine DUGUET/ Préfecture du Loiret.

Retour sur ma visite ou je me suis rendu dans le Loir et Cher (41) pour retrouver Mme Catherine DUGUET afin de poursuivre notre réflexion d'un projet sur les CODES sociaux.

Cette nouvelle rencontre a permis de peaufiner ce sujet qui permettra à une classe Pilote d'un collège de quartier de bénéficier durant l'année scolaire de cette action et d'en mesurer les effets.

Les actions seront proposées sous différentes formes afin de rendre la démarche plus concrète pour les collégiens (e), qui seront dans un premier temps invités à co-construire la démarche d'évaluation et seront acteur durant le déroulé du projet.

Des thématiques très diverses, des ateliers pratiques, des expériences inversées ainsi que des débats pour pouvoir également échanger son point de vue et sa perception sur comment chacun perçoit l'autre et sa façon d'être, ainsi que l'image qu'il peut renvoyer. Tout un programme ! qui sera accompagné par Mme Catherine DUGUET Dirigeante Coach et Formatrice.

Merci à Mme Catherine DUGUET pour ce moment d'échange dans ce cadre magnifique propice à la réflexion.

Thierry Maubert
Délégué de la Préfète



LES JEUNES GENS : La politesse peut sembler une contrainte pour un enfant ou un adolescent. Il est donc important de lui expliquer son utilité :

- ✓ elle le sécurise en établissant des règles claires
- ✓ elle établit une forme d'égalité, car les règles sont les mêmes pour tous
- ✓ elle l'aide à prendre conscience des limites et des libertés de chacun
- ✓ elle favorise l'autodiscipline
- ✓ elle démontre l'importance qu'on accorde aux autres
- ✓ elle invite l'autre à agir avec gentillesse à son tour
- ✓ elle maintient des liens sociaux harmonieux, pour un bien vivre ensemble.



POUR SAVOIR-ÊTRE

Exemple de programme « **Apprentissage des codes sociaux** » pour les allophones

*Le savoir-vivre, c'est la courtoisie, la bienveillance et l'écoute
pour un bien vivre ensemble.*

*Être à l'aise avec autrui, sans être ni au-dessus, ni en dessous,
cela s'apprend aussi.*

Pourquoi ces ateliers ?

- *Vous voulez vous intégrer, progresser, acquérir de l'aisance et de l'assurance dans votre quotidien et votre milieu professionnel, avoir confiance en vous et être respecté(e), aborder votre nouvelle vie avec le plus de sérénité possible*
- *Vous devez téléphoner pour prendre un rendez-vous ou demander un conseil*
- *Vous devez écrire un mail*
- *Vous devez vous présenter à un entretien d'embauche*
- *Vous avez rendez-vous pour un logement, à la CAF, à l'école, chez le médecin...*
- *Vous voulez connaître les us et coutumes de la table*
- *Vous devez prendre la parole en public (cérémonie de remise des attestations, etc.)*

Votre image est un langage

C'est votre image que les autres perçoivent au premier regard !

→ La tenue

- ✓ Porter une tenue adaptée aux différentes circonstances...
- ✓ Prendre soin de son apparence, l'hygiène, etc.

→ Le comportement

- ✓ Souriez !
- ✓ Les distances à respecter
- ✓ Le toucher
- ✓ Frappez avant d'entrer
- ✓ Le téléphone portable



La communication non verbale et son impact

Posture, élocution, ton de la voix, gestuelle, regard... sont des éléments a priori anodins qui en disent pourtant bien plus long sur nos intentions réelles et nos émotions.

La communication

- ✓ Correspondance / mail
 - Libellé, style et formules de politesse
 - On n'écrit pas « Bonjour madame Dupont », ni « Bonjour madame »
 - On ne commence jamais un courrier par « Je »
 - Les noms de famille s'écrivent toujours en lettres majuscules
- ✓ Le téléphone
 - S'exprimer au téléphone
 - Le sourire « s'entend » au téléphone !
 - « Je vais essayer de... » = NON / « Je fais tout pour... » = OUI
 - Bonjour Madame, Bonjour Monsieur + Présentation + Objet de l'appel + Au revoir Madame/Monsieur

La conversation

Tout l'art de la conversation est d'écouter, apprivoiser l'autre, échanger, se cultiver, partager ses connaissances, inspirer confiance.

- ✓ Les expressions à utiliser et celles à bannir
- ✓ Savoir ménager les susceptibilités
- ✓ On ne parle pas de...
- ✓ Tu ou vous ?
- ✓ Oser dire que l'on n'a pas compris

Les présentations et le salutations

C'est un art qui permet la fluidité des rapports humains et de ménager les susceptibilités.

- ✓ De quelle façon les présentations se font-elles ?
 - Qui doit se présenter en premier ? Comment et pourquoi ?
- ✓ Savoir se présenter soi-même
- ✓ Qui s'adresse à qui en premier ?
 - Qui doit tendre la main en premier ? Comment et pourquoi ? Dans quelles situations faut-il s'abstenir ? Qui doit se lever et pourquoi ?
 - Comment serrer la main. Regarder dans les yeux

La table à la française

- ✓ La tenue à table
- ✓ Quels couverts utiliser ?, Etc.

Prendre la parole en public

- ✓ Souriez, respirez !
- ✓ « Bonjour mesdames, bonjour messieurs ». Pas de « Bonjour messieurs-dames » ...

Je me tiens à votre disposition pour élaborer vos ateliers sur mesure.