

# HEADS & LEGS

*Catalogue Formations*





# HEADS & LEGS

*Recrutement - Formation*

**HEADS & LEGS** vous accompagne dans la découverte, le développement ou le perfectionnement de vos compétences.

*Prise de Parole en Public*

*Management et Leadership*

*Bar et Spiritueux*

Chacune de nos formations débute par un entretien individuel afin d'établir un bilan de vos acquis et de définir VOS OBJECTIFS futurs dans le but de vous proposer un programme adapté voir personnalisé.



# Prise *de* Parole *en* Public



Que cela fasse partie de vos missions officielles quotidiennes ou non, vos prises de parole, interventions internes ou externes, se doivent d'être captivantes et engageantes pour parvenir à convaincre vos auditeurs.

## *Pourquoi se former ?*

Ce n'est pas un exercice naturel ou inné, c'est une faculté qui se doit d'être développée. Ses buts sont très variés : faire passer un message simple, vendre un produit ou une idée, convaincre un ensemble de personnes d'adhérer à votre projet, vous vendre pour un nouveau poste, animer des conférences live ou en streaming.

## *Comment se former ?*

Que vous soyez en début de carrière, jeune manager ou directeur de département, la qualité de vos prises de parole est essentielle pour atteindre votre objectif quelle que soit son importance. HEADS & LEGS propose 3 programmes de formation en fonction de votre expérience, besoin et aisance.



HEADS  
& LEGS

Recrutement - Formation

# Prise de Parole en Public



1-4



2jours



Compétences

**PRÉREQUIS** : Aucun

**PUBLIC** : Toute personne amenée à prendre la parole en public que ce soit en présentiel ou distanciel.

**OBJECTIFS DE LA FORMATION** : Être capable de préparer une prise de parole et de la dispenser avec aisance en atteignant ses objectifs et sans stress.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** : Cours théoriques, ateliers pratiques, exercices pédagogiques vidéos, études de cas.

- **Contactez-nous pour définir vos objectifs** et choisir le programme qui vous correspond.
- Les formations sont **dispensées individuellement** ou par **groupe de 4 personnes maximum**.
- Chacune d'elle débute par un **entretien individuel** et se termine par un **bilan détaillé et une attestation**.

## AISANCE

(2 jours-12hrs)

**Analyser** sa prise de parole.  
**Maîtriser** les mots et les gestes.  
**Gérer** les tics verbaux et physiques.  
**Techniques** de gestion du stress.  
**Les clés** pour atteindre son public.

## CONFÉRENCE

(2 jours-12hrs)

**Gérer** la scène et ses outils.  
**L'art** de la rhétorique.  
**Identifier** et gérer ses détracteurs.  
**Engager** son auditoire.  
**L'improvisation** et les réactions

## DISTANCE

(2 jours-12hrs)

**Appréhender** le « Black Mirror »  
**Maîtriser** une présentation en studio.  
**Attirer** l'attention sans voir le public.  
**Développer** son impact streaming.



**HEADS  
& LEGS**

*Recrutement - Formation*

# *Management **et** Leadership*



Recrutement - Formation

## *Management et Leadership*

Accompagner, motiver, guider, analyser, réorienter et féliciter font partie du quotidien d'un véritable manager-leader pour faire grandir et promouvoir un collaborateur.

### *Pourquoi se former ?*

Être le supérieur hiérarchique d'une équipe ou dirigeant d'une entreprise incombe également d'en être le leader et mentor. Ces rôles impliquent également la gestion de l'humain, qui est un exercice minutieux et parfois complexe qui ne doit jamais être mis de côté : motivation, montée en compétence, gestion des comportements et mise en place rapide de solutions efficaces

### *Comment se former ?*

Pour une petite équipe locale ou une équipe plus importante internationale, la qualité de votre management et votre faculté à engager seront le levier pour l'atteinte de vos objectifs . HEADS & LEGS propose 2 programmes de formation en fonction de votre expérience et de vos besoins sur le court, moyen et long terme..



HEADS  
& LEGS

Recrutement - Formation

# Management *et* Leadership



1-8



2jours



Compétences

**PRÉREQUIS** : Aucun

**PUBLIC** : Toute personne ayant la responsabilité hiérarchique d'un ou plusieurs collaborateurs.

**OBJECTIFS DE LA FORMATION** : Être capable de préparer une prise de parole et de la dispenser avec aisance en atteignant ses objectifs et sans stress.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** : Cours théoriques, ateliers pratiques, exercices pédagogiques vidéos, études de cas.

- **CONTACTEZ-NOUS** pour définir vos **objectifs** et choisir le programme qui vous correspond.
- Les formations sont **dispensées individuellement** ou par **groupe de 8 personnes maximum**.
- Chacune d'elle débute par un **entretien individuel** et se termine par un **bilan détaillé et une attestation**.

## **JUNIOR**

(2 jours-12hrs)

**Manager Vs Leader**

**Motiver** une équipe.

**Communiquer** en toutes circonstances.

**Concept** de l'ECA.

**Gérer** les situations de crises.

## **SENIOR**

(2 jours-12hrs)

**Formation BOOST** complète.

+

**Analyse** de votre environnement.

**Construction** de votre Staff Map.

**Suivi** hebdomadaire sur plusieurs mois.

Développer vos compétences de Manager pour faciliter d'une part l'atteinte de vos objectifs et d'autre part faire grandir vos équipes au cœur de votre service et de l'entreprise.



HEADS  
& LEGS

Recrutement - Formation

*Bar et Spiritueux*



Au-delà des connaissances des marques, il est indispensable de comprendre l'univers de notre industrie mais aussi les essentiels des catégories de produits et de leur utilisation.

## *Pourquoi se former ?*

Vendre un spiritueux est très différents de vendre un produit classique de grande consommation. Savoir c'est pouvoir : développer vos connaissance produits, industrie et métier du bar pour mieux comprendre, promouvoir et vendre vos marques au cœur d'un marché dynamique avec de nombreux concurrents.

## *Comment se former ?*

Nous avons créer un module exclusif vous permettant de couvrir d'une part les connaissances théoriques minimales nécessaires mais également les essentiels de la dégustation et analyse des boissons spiritueuses. Nous sommes également à votre écoute pour la création d'un module sur-mesure parfaitement adapté à vos besoins.



HEADS  
& LEGS

Recrutement - Formation

Bar et Spiritueux



1-10



2jours



Compétences

**PRÉREQUIS** : Aucun

**PUBLIC** : Toute personne étant en poste dans une société propriétaire et/ou distributrice de boissons spiritueuses.

**OBJECTIFS DE LA FORMATION** : Maitriser les essentiels du bar, son fonctionnement, son histoire et être capable d'analyser un spiritueux.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** : Cours théoriques, ateliers pratiques, exercices pédagogiques et supports vidéos.

- **CONTACTEZ-NOUS** pour définir vos **objectifs** et choisir le programme qui vous correspond.
- Les formations sont **dispensées individuellement** ou par **groupe de 10 personnes maximum**.
- Chacune d'elle se termine par un **bilan détaillé et une attestation**.

### LES ESSENTIELS

(2 jours-12hrs)

**Histoire** du Bar et des Cocktails

**Le fonctionnement** d'un Bar

**La fabrication** des Spiritueux

**Analyser** un spiritueux

### SUR-MESURE

(temps à définir)

**Contactez-nous** pour établir d'une part vos besoins mais aussi et surtout définir votre objectif à atteindre. Nous créerons ainsi un module parfaitement adapté.

Comprenez vos interlocuteurs et leurs univers afin de mieux répondre à leurs besoins tout en développant vos objectifs qualitatif et quantitatif.



**HEADS  
& LEGS**

*Recrutement - Formation*

# ORGANISATION & DÉROULÉ

# ORGANISATION & DÉROULÉ

## Formation Physique



**Les formations** sont dispensées de 1 à 10 personnes maximum pour plus d'échanges et de résultats.



**Chaque participant** est appelé individuellement en amont pour définir ses attentes et besoins.



**Agiles**, nous pouvons nous déplacer sur votre lieu de travail ou vous proposer un lieu à proximité.



**Nos formateurs** s'engagent à respecter l'ensemble des règles sanitaires en vigueur.



**Horaires** de formation classiques : 10h-13h / 14h-17h



**La convention** de formation ainsi que le planning détaillé vos seront envoyés à J-10 de votre formation.

# ORGANISATION & DÉROULÉ

## Formation Digitale



**Les formations** sont dispensées de 1 à 4 personnes maximum pour plus d'échanges et de résultats.



**Chaque participant** est appelé individuellement en amont pour définir ses attentes et besoins.



**Vraies**, nos formations sont dispensées en live et non à travers un enregistrement.



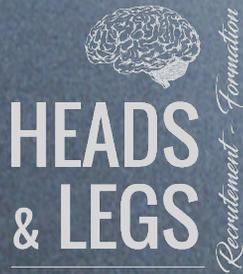
**La connexion** aux formations se font sur les plateformes Zoom ou Teams.



**Horaires** de formation classiques : 10h-13h / 14h-17h

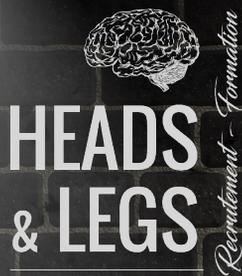


**La convention** de formation ainsi que le planning détaillé vos seront envoyés à J-10 de votre formation.



# BUDGET & PRISE EN CHARGE





# BUDGET & PRISE EN CHARGE

## *Prise de Parole en Public* (2j – 12h)

INDIVIDUELLE 1450€ht  
INTRAENTREPRISE 4200€ht (jusqu'à 4 personnes)

## *Management et Leadership* (2j – 12h)

INDIVIDUELLE 1450€ht  
INTRAENTREPRISE 4200€ht (jusqu'à 8 personnes)

## *Bar et Spiritueux* (2j – 12h)

INDIVIDUELLE 1800€ht  
INTRAENTREPRISE 5200€ht (jusqu'à 10 personnes)



CENTRE DE  
FORMATION  
ÉLIGIBLE AUX  
BUDGETS DE  
FORMATION.

### *Cas n°1*

#### **VOUS FINANCEZ VOTRE FORMATION PAR VOUS-MÊME ?**

Contactez-nous pour recevoir votre devis détaillé, nos conditions générales de ventes ainsi que votre dossier d'inscription à nous retourner complété par mail.

### *Cas n°2*

#### **VOTRE EMPLOYEUR PREND EN CHARGE VOTRE FORMATION ?**

Contactez-nous pour recevoir votre devis détaillé et recevoir une convention de formation à transmettre à votre service des ressources humaines pour validation.



HEADS  
& LEGS

Recrutement - Formation

## NOTRE ENGAGEMENT

*Former c'est avant tout un partage :  
de connaissances, d'expériences, de problématiques et d'objectifs.  
Mieux vous connaître en amont et considérer vos besoins sont nos  
priorités pour garantir une formation adaptée et efficace !*

Consultez notre charte qualité formation !

<https://www.headsandlegs.com/formations/>



**HEADS  
& LEGS**

*Recrutement - Formation*

## CONTACTS



Christophe Jumentier

*Directeur - Formateur sénior*



[contactheadsandlegs@gmail.com](mailto:contactheadsandlegs@gmail.com)



06 40 30 71 45





# HEADS & LEGS

*Recrutement - Formation*



[www.headsandlegs.com](http://www.headsandlegs.com)  
[contactheadsandlegs@gmail.com](mailto:contactheadsandlegs@gmail.com)

SAS HEADS & LEGS – Spirits Guardians – Siret 883 322 463 00018 Déclaration d'activité 11930833293  
2, rue Maurice Audin 93400 ST OUEN SUR SEINE