

Reprendre la main

Comprendre sa situation, se faire entendre et décider.

6 heures hors pauses - Deux blocs de 3 heures - 299 € TTC par personne.



Illustration créée par IA ; personnes fictives.

Public : commerçants, artisans, indépendants, dirigeants de TPE et responsables d'activité confrontés à des difficultés, des dégradations ou une interruption d'activité.

Prérequis : connaître son activité ; aucune expertise comptable ou juridique exigée. À distance : ordinateur, connexion stable, caméra et microphone.

Une progression en deux blocs

Bloc 1 - Comprendre et contrôler - 3 h

Poser les faits - 30 min

Faits, hypothèses, impacts sur les personnes et l'activité.

Production : Fiche de situation.

Lire ses chiffres utiles - 60 min

Chiffre d'affaires, marge, trésorerie, encaissements et échéances.

Production : Trésorerie sur quatre semaines.

Lire et contrôler avant de s'engager - 90 min

Devis, factures, contrats : montants, dates, périmètre et justificatifs. Questions à soumettre aux spécialistes.

Production : Grille de contrôle.

Bloc 2 - Communiquer, négocier et décider - 3 h

Se faire comprendre - 60 min

Exposer la situation, ses conséquences et une demande précise. Adapter son message.

Production : Argumentaire et message écrit.

Préparer une négociation - 60 min

Objectif, limites, concessions, solution de remplacement et compte rendu.

Production : Fiche de négociation testée.

Décider et organiser la suite - 60 min

Comparer les options, attribuer les responsabilités et fixer les points de contrôle.

Production : Matrice et plan 72 h / 7 jours / 30 jours.

Méthode et évaluation

Positionnement initial, cas fictifs ou anonymisés, exercices de lecture, simulation de négociation et construction progressive de la matrice. Évaluation finale : présenter les faits, comparer deux options, formuler une demande et justifier une décision. Retour du formateur et attestation de réalisation précisant la participation effective.

Formats, dates et inscription

Présentiel : Saint-Nazaire, dates proposées les 6 et 16 novembre 2026. Salle et disponibilités confirmées avant inscription définitive. Horaires : 9 h-12 h puis 13 h 30-16 h 30.

Distanciel en direct : 27/29 octobre, 10/12, 18/20 et 23/25 novembre 2026. Bloc 1 de 9 h à 12 h ; bloc 2 de 13 h 30 à 16 h 30 le même jour, ou bloc 1 le premier jour et bloc 2 deux jours plus tard. Horaires de Paris, hors pauses. Chaque parcours comprend les deux blocs dans l'ordre.

Animation : Dominique MORIN, président et cofondateur, ancien notaire : chiffres, documents, engagements et risques. Patrick DUPONT BELOEIL, directeur général et cofondateur : communication, négociation, management et organisation de l'action. Intervention répartie selon les séquences, répartition confirmée avant inscription.

Prix : 299 € TTC par personne pour les 6 heures, supports et matrice inclus. Transport, hébergement et repas non inclus. Effectif et disponibilité à confirmer. Pas de financement automatique promis.

Accessibilité : besoins d'adaptation à signaler avant inscription ; étude des aménagements et mobilisation des relais pertinents, dont l'Agefiph lorsque nécessaire.

Demande et délais de rétractation

Le formulaire enregistre une demande sans paiement ni inscription automatique. Le contrat individuel ou la convention précise le payeur, les modalités et les délais applicables. En financement personnel, le Code du travail prévoit dix jours ; le régime de la consommation peut prévoir quatorze jours selon le statut et le mode de conclusion du contrat. Le délai court depuis la signature, pas depuis la demande en ligne. Par prudence, le démarrage individuel est positionné après expiration du délai applicable. Les dates d'octobre sont soumises à examen du régime contractuel ; une date ultérieure est proposée si nécessaire. Aucune renonciation automatique n'est recueillie.

La formation développe des compétences ; elle ne remplace pas une consultation juridique personnalisée ou une expertise d'assurance. Aucune reprise, indemnisation ni financement garantis. La mission opérationnelle est distincte et sur devis.

Programme, dates et demande : www.accommodo.fr/formation/reprendre-la-main
contact@accommodo.fr - 02 40 24 36 61