FORMATION · COACHING · CONSULTING

Catalogue 2027

L'excellence sur mesure.

Le développement professionnel et personnel des équipes de soins, de la formation au coaching et au conseil.

Human's Care

Votre partenaire en santé · www.humanscare.ch

Sommaire

1 Le mot de la directrice 3

2 L'équipe 4

3 Notre approche 5

4 Le programme phare : Parcours Manager en santé 6

5 Les formations 7–21

- Les fondamentaux du manager · 8
- Communication et relations d'équipe · 12
- Organisation et performance managériale · 14
- RH et accompagnement des talents · 16
- Qualité, relation patient · 19
- Développement personnel et équilibre · 20
- Ateliers de mise en pratique · 21

6 Le coaching 22

7 PULSIONS 23

8 Le consulting 24

9 Ils nous font confiance 25

10 Contact 26

Comment lire ce catalogue ?

Chaque rubrique a sa couleur. Chaque fiche porte une ou plusieurs pastilles de profil : repérez la vôtre, ou consultez la carte des formations page 7.

Soignant·e *Nouveau cadre* *Cadre confirmé* *Direction*



2027 : l'excellence sur mesure

Chaque professionnel·le de santé porte un potentiel qui ne demande qu'à grandir. La formation continue des adultes est pour nous bien plus qu'une montée en compétences : c'est un levier de **développement professionnel et personnel**, qui transforme les pratiques, les équipes et la qualité des soins.

Parce qu'aucune institution ne ressemble à une autre, nous faisons le choix **du cousu main**. Formation, coaching ou consulting : chaque accompagnement part de vos besoins et de vos objectifs pour construire une réponse juste et durable.

En 2027, nous plaçons **l'excellence et le sur mesure** au cœur de chacune de nos interventions. Au plaisir de construire cette année à vos côtés.

Sandrine Fourgnaud

Fondatrice et directrice de Human's Care

Human's Care en bref

L'agence de formation, de coaching et de conseil dédiée aux métiers de la santé en Suisse romande. Une vision à 360°, un interlocuteur unique, des expert·e·s issu·e·s du terrain.

5 ans
d'expérience au service de la santé

+ de 60
institutions accompagnées

+ de 600
personnes formées et coachées

Formation

Management, RH, communication, soins et hospitalité.

Coaching

Individuel, équipe et diagnostic PULSIONS.

Consulting

RH 360° pour les structures sans service RH.

Nos valeurs : professionnalisme · proximité · fidélité · la foi en ce que nous faisons.

Des expert·e·s issu·e·s du terrain

Management, soins, hospitalité et numérique : une équipe resserrée, qui connaît la réalité des institutions de santé.



Sandrine Fourgnaud

*Fondatrice et directrice · formatrice, coach et consultante certifiée **PULSIONS***

Management, leadership, communication, RH et développement personnel des équipes de santé. Elle conçoit et anime la majorité des formations du catalogue.



Audrey Blanc

Leadership infirmier, gestion du stress, coaching

Ancienne infirmière devenue adjointe à la direction des soins, 22 ans d'expérience dans la santé à Genève. Coach certifiée, elle allie expertise des soins, management et coaching.



Nathalie Zumsteg-Blanc

Hospitalité soignante et expérience patient

25 ans d'expérience dans l'hôtellerie de luxe, les cliniques privées et les cabinets spécialisés. Fondatrice de Luxury Care Services, elle fait de l'accueil un levier de qualité et d'image.



Marc Ependa

Intelligence artificielle et transformation numérique

Formateur et consultant en IA, spécialisé dans l'accompagnement des professionnel·le·s et du secteur médico-social. Il conçoit des solutions sur mesure, plaçant l'humain et la maîtrise des données au cœur de sa démarche.

Du cousu main, du besoin au résultat

1
Écouter
Analyse de vos besoins, de votre culture et de vos objectifs.

2
Concevoir
Un programme adapté à vos équipes et à vos situations réelles.

3
Animer
Des expert·e·s du secteur, une pédagogie active.

4
Ancrer
Suivi et ateliers de mise en pratique sur le terrain.

Des formats adaptés à vos contraintes

- **Intra-institution :** dans vos murs, sur vos situations.
- **Modules courts :** une demi-journée, sans désorganiser le service
- **Inter-institution :** sessions ouvertes, dates sur demande.
- **Hybride et visio :** pour les thèmes qui s'y prêtent.

Chaque formation est ajustée à votre contexte : nous vous adressons une proposition personnalisée sous 48 h.

Une pédagogie active, commune à toutes nos formations

Apports courts, mises en situation, études de cas issues du terrain, jeux de rôle et outils prêts à l'emploi. Les groupes restent réduits pour que chacun·e puisse s'exercer.

Des résultats mesurés

À chaud
Satisfaction en fin de formation.

Acquis
Ce que chacun·e sait faire en repartant.

À 3 mois
L'application concrète sur le terrain.

Une attestation pour chaque participant·e

Remise à l'issue de chaque formation, elle atteste de la participation et des compétences travaillées.

4 · PROGRAMME PHARE · NOUVEAU 2027

Parcours Manager en santé

Devenir le manager dont votre équipe a besoin.

Prendre la responsabilité d'une équipe de soins demande bien plus que des compétences techniques. En six mois, ce parcours unique réunit **formation, diagnostic certifié, coaching individuel et apprentissage entre pairs.**

Mois 1 — **Se connaître**
Diagnostic PULSIONS et restitution par une consultante certifiée.

Mois 1-2 — **Poser les bases**
2 jours sur les fondamentaux : objectifs, délégation, entretiens, feedback.

Mois 2-5 — **S'entraîner sur le terrain**
3 séances de coaching individuel, en présentiel ou en visio.

Mois 3-5 — **Apprendre entre pairs**
3 ateliers de co-développement de 2h30 en petit groupe.

Mois 4 — **Approfondir**
2 jours sur la motivation des équipes et la gestion des tensions.

Mois 6 — **Mesurer les progrès**
Bilan individuel, plan de développement et retour à la direction.

Vous repartirez capable de :

1. Affirmer votre posture en vous appuyant sur vos forces.
2. Conduire vos entretiens et donner un feedback qui fait progresser.
3. Fédérer votre équipe et désamorcer les tensions.

Profils : nouveaux cadres
Rubriques : 1, 2 et 3
Durée : 6 mois
Groupe : 4 à 12 personnes
Tarif : sur devis

Trouvez votre parcours

Repérez votre profil dans les colonnes, puis rendez-vous à la page indiquée.

Formation	Durée	Soignant·e	Nouveau cadre	Cadre confirmé	Direction	Page
1 · Les fondamentaux du manager						
La boîte à outils du manager	2 j + 2 h		●	●		8
Devenir un manager leader « en 6 étapes »	6 j			●	●	9
Leadership infirmier : la posture juste	2 j	●	●			10
Faire bon usage de l'IA	2 × ½ j	●	●	●	●	11
2 · Communication et relations d'équipe						
Communiquer positivement (CNV)	1 j	●	●	●	●	12
Installer une culture du feedback	1 j			●	●	12
Prévenir et gérer les conflits	2 j		●	●	●	13
3 · Organisation et performance managériale						
Manager sereinement : temps et priorités	1 j		●	●		14
Motiver ses équipes	1 j		●	●		14
Conduire les entretiens difficiles	1 j		●	●		15
4 · RH et accompagnement des talents						
L'entretien annuel	2 j		●	●	●	16
Recruter et fidéliser les talents	2 j			●	●	17
Les fondamentaux RH pour managers NOUVEAU	1 j		●	●		18
5 · Qualité, relation patient						
Hospitalité soignante : qualité et expérience	2 j	●	●			19
6 · Développement personnel et équilibre professionnel						
Gestion des émotions	1 j	●	●	●		20
Prévenir le stress	1 j	●	●	●		20
7 · Ateliers de mise en pratique NOUVEAU						
8 ateliers courts, sur vos situations réelles	3 h 30	●	●	●	●	21

Gérer ses équipes au quotidien : la boîte à outils du manager

Des outils concrets pour piloter vos équipes en confiance.

Nouveau cadre | Cadre confirmé

Le défi. Jeune cadre, nouveau manager ou cadre jamais formé au management : votre expertise métier ne suffit plus à conduire une équipe. Cette formation vous donne une posture affirmée et des outils directement applicables à votre réalité de terrain.

Vous repartirez capable de :

1. Analyser votre environnement, fixer des objectifs et planifier efficacement.
2. Communiquer de façon constructive grâce au feedback.
3. Gérer les situations délicates avec une approche orientée solutions.
4. Conduire différents types d'entretiens avec efficacité.
5. Déléguer et optimiser votre temps.
6. Identifier et activer les leviers de motivation de vos collaborateur·rice·s.

Durée
2 jours en présentiel + 1 intersession de 2 h en visio

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Jeunes cadres, nouveaux cadres et cadres expérimenté·e·s sans formation initiale en management.

Ancré dans le terrain
Mises en situation tirées du quotidien des institutions de santé.

Prêt à l'emploi
Une boîte à outils et un plan d'action personnel à la sortie.

Suivi à distance
Une intersession en visio pour ajuster vos pratiques.

Atelier

Mise en pratique associée : « Animer un colloque d'équipe efficace », sur vos situations réelles (p. 21).

Pour aller plus loin : le Parcours Manager en santé (p. 6) intègre cette formation.

Devenir un manager leader « en 6 étapes »

Un parcours structuré pour incarner un leadership qui inspire et mobilise.

Nouveau cadre | Direction

Le défi. L'excellence inspire l'excellence. Des managers leaders renforcent l'image et l'attractivité de l'institution, fidélisent les équipes et attirent les talents. Ce programme intensif transforme votre style de management en profondeur.

Pour qui ? Dirigeant·e·s et cadres qui souhaitent évoluer dans leur posture de leader.

En option : un diagnostic PULSIONS en début de parcours, pour bâtir votre leadership sur vos leviers de motivation (p. 23).

Durée
6 jours en présentiel, un module par étape

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Les 6 étapes du parcours

1 Explorer son leadership
Connaître son style et ses forces.

2 Poser les bases
Objectifs, valeurs et vision de l'équipe.

3 Gérer ses émotions
Au service de son management.

4 Conduire les entretiens
Des entretiens variés en posture de coach.

5 Communiquer avec le feedback
De manière constructive et positive.

6 Mobiliser et conduire le changement
Motiver ses équipes dans la durée.

Atelier

Mise en pratique associée : « Donner un feedback qui fait progresser » (p. 21).

Leadership infirmier : la posture juste

Développer son impact auprès des patients, des médecins, des collègues et de la hiérarchie.

Soignant·e | Nouveau cadre

Le défi. Un leadership infirmier efficace améliore la sécurité des patients, réduit les incidents et rend l'environnement de travail plus attractif. Affirmer sa posture, c'est devenir un acteur clé de la qualité des soins.

Vous repartirez capable de :

1. Renforcer votre leadership grâce à une meilleure connaissance de vous-même.
2. Gérer efficacement le stress et les priorités.
3. Communiquer clairement pour encourager la collaboration interdisciplinaire.
4. Consolider votre posture en vous appuyant sur la confiance en soi.
5. Jouer un rôle actif dans le changement grâce au leadership transformationnel.
6. Vous adapter aux défis du secteur : pénurie, technologies, coûts de la santé.

Durée
2 jours en présentiel

Intervenante
Audrey Blanc

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Infirmier·ère·s de tous secteurs, faisant fonction de responsable ou souhaitant évoluer vers un poste d'encadrement.

Par une soignante
Une intervenante ancienne infirmière et cadre de direction des soins.

Cas réels
Situations vécues avec patients, médecins et équipes.

Tremplin
Une première marche vers un poste d'encadrement.

Atelier **Mise en pratique associée :** « Désamorcer une tension en service » (p. 21).

Pour aller plus loin : la boîte à outils du manager (p. 8).

Faire bon usage de l'IA : optimiser et innover dans sa pratique managériale

Faire de l'IA générative un assistant au service de votre management.

Soignant·e | Nouveau cadre | Cadre confirmé | Direction

Le défi. Les IA génératives transforment déjà le secteur de la santé. Les comprendre permet d'anticiper les changements et de les intégrer avec discernement dans la gestion, la prise de décision et la coordination des services.

Vous repartirez capable de :

1. Comprendre les principes des IA génératives et leur fonctionnement.
2. Rédiger des prompts efficaces pour obtenir des réponses précises et pertinentes.
3. Utiliser l'IA comme assistant personnel dans vos tâches managériales.
4. L'utiliser à bon escient, dans le respect de la confidentialité des données.

Durée
1 jour en présentiel
(2 x ½ journée)

Intervenante
Marc Ependa

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Dirigeant·e·s, cadres, responsables et toute personne qui souhaite s'initier à l'IA.

100 % pratique
Chacun·e travaille sur son ordinateur, avec ses propres cas.

Sans prérequis
Accessible aux débutant·e·s comme aux curieux·ses.

Format souple
Deux demi-journées pour tester entre les sessions.

Atelier **Mise en pratique associée :** « Gagner du temps avec l'IA au quotidien » (p. 21).

Communication et relations d'équipe

Communiquer positivement : développer un feedback constructif

Inspiré de la Communication Non Violente.

Soignant·e · Nouveau cadre · Cadre confirmé · Direction

Une communication positive renforce les liens, la collaboration et le climat de travail. Le feedback devient alors un levier de développement pour chacun·e.

Vous repartirez capable de :

1. Renforcer les fondamentaux de votre communication.
2. Exprimer clairement ressentis et besoins grâce à la méthode CNV.
3. Cultiver un climat d'authenticité et de confiance.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Installer une culture du feedback

Renforcer la qualité des échanges et la coopération.

Cadre confirmé · Direction

Donner et recevoir du feedback de façon constructive améliore la performance individuelle et collective. Encore faut-il en faire une habitude partagée par toute l'équipe.

Vous repartirez capable de :

1. Donner et recevoir un feedback clair, respectueux et bienveillant.
2. Adapter votre posture managériale aux retours de l'équipe.
3. Installer des rituels de transparence et de coopération.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Atelier associé : « Donner un feedback qui fait progresser » (p. 21).

Prévenir et gérer les conflits : développer une communication constructive

Désamorcer les tensions avant qu'elles ne s'installent, réguler celles qui sont là.

Nouveau cadre | Cadre confirmé | Direction

Le défi. Dans les équipes de soins, la charge et l'urgence font monter les tensions. Écoute active, Communication Non Violente et gestion des émotions permettent de transformer les désaccords en occasions de collaboration.

Vous repartirez capable de :

1. Repérer les signaux d'une tension naissante.
2. Comprendre les dynamiques relationnelles à l'origine des conflits.
3. Communiquer de façon claire, respectueuse et constructive.
4. Désamorcer un conflit installé et conduire un échange de régulation.
5. Transformer les tensions en opportunités de collaboration.
6. Instaurer un climat de confiance durable dans l'équipe.

Durée
2 jours en présentiel

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Cadres et managers de proximité, en particulier récemment nommé·e·s.

Jour 1 : prévenir
Communication, écoute et repérage des signaux faibles.

Jour 2 : gérer
Analyse et régulation des conflits installés.

Outils éprouvés
CNV, écoute active, gestion des émotions.

Atelier **Mise en pratique associée :** « Désamorcer une tension en service » (p. 21).

Organisation et performance managériale

Manager sereinement : maîtriser son temps et ses priorités

Allier performance et sérénité au quotidien.

Nouveau cadre · Cadre confirmé

Le défi. Priorités multiples, imprévus constants : avec la matrice d'Eisenhower, la méthode GTD et des outils personnalisables, vous structurez votre organisation et réduisez la pression.

Vous repartirez capable de :

1. Prioriser efficacement vos tâches.
2. Déléguer de manière stratégique et éclairée.
3. Gérer les imprévus avec sérénité, avec un plan d'action personnel.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Motiver ses équipes et créer une dynamique collective

Comprendre ce qui anime chacun·e pour une performance durable.

Nouveau cadre · Cadre confirmé

Le défi. Dans un contexte de pénurie et de fatigue des équipes, la motivation ne se décrète pas. Elle se cultive au quotidien, par la reconnaissance, le sens et la confiance.

Vous repartirez capable de :

1. Comprendre les fondements de la motivation.
2. Cartographier les leviers de chaque membre de l'équipe.
3. Renforcer l'engagement et la cohésion par vos pratiques.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Pour aller plus loin : le diagnostic PULSIONS de votre équipe (p. 23).

Organisation et performance managériale

Conduire les entretiens difficiles avec confiance

Des techniques et une posture justes pour les échanges sensibles.

Nouveau cadre · Cadre confirmé

Le défi. Recadrer, faire face à un comportement problématique ou à un échange tendu : une posture calme et une méthode claire évitent l'escalade et préservent la relation.

Vous repartirez capable de :

1. Vous préparer en identifiant vos biais, émotions et objectifs.
2. Pratiquer l'écoute active et observer le non-verbal.
3. Structurer l'entretien et dire « non » avec assertivité.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Composez votre cycle

3 journées pour gagner en efficacité et en sérénité

Les trois formations de cette rubrique se suivent séparément ou en cycle, à quelques semaines d'intervalle, pour ancrer les acquis sur le terrain.

Jour 1
Manager sereinement
Temps et priorités

Jour 2
Motiver ses équipes
Leviers et dynamique

Jour 3
Entretiens difficiles
Posture et méthode

Tarif cycle : sur devis
Un atelier de mise en pratique peut être ajouté entre deux journées.

L'entretien annuel : un temps d'échange pour accompagner la progression

Faire de l'entretien annuel un dialogue qui engage.

Nouveau cadre | Cadre confirmé | Direction

Le défi. Bien plus qu'un outil d'évaluation, l'entretien annuel permet de revenir sur l'année, de clarifier les attentes et de fixer ensemble les objectifs. Mené en posture de coach, il renforce l'engagement et la motivation.

Vous repartirez capable de :

1. Préparer et structurer l'entretien : enjeux et étapes clés.
2. Adopter une posture de coach : questionner, écouter, guider l'échange.
3. Fixer des objectifs SMART, alignés avec la personne et l'institution.
4. Créer un cadre positif, propice à un dialogue ouvert.
5. Accompagner la progression de vos collaborateur·rice·s tout au long de l'année.

Durée
2 jours en présentiel

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Dirigeant·e·s, cadres, responsables d'équipe et acteurs RH.

Jeux de rôle
Chaque participant·e conduit un entretien complet.

Vos supports
Possibilité de travailler sur la grille de votre institution.

Toute l'année
Des points de suivi pour faire vivre les objectifs.

Atelier

Mise en pratique associée : « Mener un entretien annuel ou de recrutement » (p. 21).

Recruter et fidéliser les talents : les clés d'une équipe engagée

Attirer les bons profils, puis leur donner envie de rester.

Cadre confirmé | Direction

Le défi. Face à la pénurie de personnel, recruter le bon profil ne suffit plus : il faut aussi savoir le garder. Cette formation structure votre démarche, du profil de poste à l'intégration et à la fidélisation.

Vous repartirez capable de :

1. Définir un profil précis selon les exigences du poste.
2. Conduire des entretiens structurés avec la méthode STAR.
3. Limiter les biais inconscients et décider sur des critères mesurables.
4. Utiliser l'IA pour optimiser le tri et l'analyse des candidatures.
5. Réussir l'intégration des nouvelles recrues.
6. Mettre en place des leviers de fidélisation durables.

Durée
2 jours en présentiel

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Managers, cadres, professionnel·le·s RH et toute personne impliquée dans le recrutement.

Jour 1 : recruter
Profil, sourcing, entretien STAR, décision.

Jour 2 : fidéliser
Intégration, reconnaissance, perspectives.

Outils inclus
Grilles d'entretien et check-list d'intégration.

Atelier

Mise en pratique associée : « Mener un entretien annuel ou de recrutement » (p. 21).

Pour aller plus loin : PULSIONS pour recruter en complétant l'équipe (p. 23).

Nouveauté 2027

Les fondamentaux RH pour managers

Mieux comprendre son rôle et ses responsabilités.

Cadre confirmé | Nouveau cadre

Le défi. Absences, temps de travail, certificats médicaux, avertissements, confidentialité : le cadre de santé est le premier relais RH de son équipe, souvent sans y avoir été préparé. Connaître le cadre, c'est décider avec justesse et sécurité.

Vous repartirez capable de :

1. Situer votre rôle RH : ce qui relève du manager, ce qui relève du service RH.
2. Connaître les bases du droit du travail utiles au quotidien : contrat, temps de travail, absences, vacances.
3. Gérer les situations courantes : absences répétées, certificat médical, avertissement.
4. Respecter la protection des données et la confidentialité.
5. Savoir quand et comment vous appuyer sur les RH.

Durée
1 jour en présentiel

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Cadres et responsables d'équipe, en particulier nouvellement nommé·e·s ou dans une structure sans service RH.

Cas concrets
Les situations RH les plus fréquentes en institution de soins.

Mémo pratique
Un aide-mémoire des règles et des bons réflexes.

Cadre suisse
Droit du travail et pratiques du secteur en Suisse romande.

Consulting **Besoin d'un appui RH au-delà de la formation ?** Notre consulting RH 360° vous accompagne (p. 24).

Nouvelle rubrique

Hospitalité soignante : qualité et expérience

Faire de l'accueil, de l'écoute et de la relation des leviers de soin.

Soignant·e | Nouveau cadre

Le défi. Souvent sous-estimés, l'accueil et l'hospitalité reflètent l'image de l'institution, favorisent l'adhésion du patient et la réussite de sa prise en charge. Quand on exerce un métier au service de la personne, il n'y a pas de plus belle motivation qu'un sourire rendu.

Vous repartirez capable de :

1. Structurer un accueil professionnel et organisé.
2. Instaurer la confiance dès le premier contact.
3. Maîtriser la communication verbale et non verbale, l'écoute et l'empathie.
4. Optimiser l'accueil administratif et téléphonique.
5. Gérer les situations délicates avec tact et professionnalisme.

Durée
2 jours en présentiel + suivi d'1 h en visio à un mois

Intervenante
Nathalie Zumsteg-Blanc

Groupe
4 à 12 personnes

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Pour qui ? Tout professionnel·le de santé en contact avec les patients et leurs proches.

Fiches-mémos
La boîte à outils essentielle de l'accueil au quotidien.

Travail intersession
Une mise en pratique préparée entre les deux journées.

Audit terrain
Audit et accompagnement dans votre service, sur demande.

Atelier

Atelier **Mise en pratique associée :** « Accueillir un patient ou une famille mécontente » (p. 21).

Développement personnel et équilibre professionnel

Gestion des émotions : développer son intelligence émotionnelle

Pour soi et pour la relation avec les autres.

Soignant·e · Nouveau cadre · Cadre confirmé

Le défi. Patients, équipes, décisions : les professionnel·le·s de santé vivent des situations chargées en émotions. Savoir les reconnaître et les réguler protège le bien-être et la qualité des relations.

Vous repartirez capable de :

1. Comprendre la mécanique émotionnelle.
2. Réguler vos émotions et comprendre celles des autres.
3. Gérer les situations difficiles en cultivant l'Attitude Intérieure Positive.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Prévenir le stress : prendre soin de soi et préserver son équilibre

Des techniques concrètes pour le quotidien.

Soignant·e · Nouveau cadre · Cadre confirmé

Le défi. La pression quotidienne pèse sur la qualité des soins comme sur le bien-être. Des outils simples permettent de prévenir l'épuisement et de retrouver de la sérénité.

Vous repartirez capable de :

1. Identifier et réguler vos réactions face au stress.
2. Mieux gérer votre temps et vos priorités.
3. Préserver l'équilibre entre vie privée et vie professionnelle.

Durée et groupe
1 jour · 4 à 12 personnes

Intervenante
Sandrine Fourgnaud

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Dates
Sur demande

Scannez pour un devis par e-mail

Atelier associé : « Retrouver son calme dans une situation de stress » (p. 21).

RUBRIQUE 7

Nouveauté 2027

Ateliers de mise en pratique

Développer ses compétences sur le terrain, à partir de vos situations réelles.

Une formation donne les outils ; la pratique les ancre. En petit groupe, dans vos murs ou en visio, nos ateliers de 3 h 30 permettent de s'entraîner sur des situations vécues, juste après une formation ou à tout moment de l'année. Sur demande, un·e comédien·ne professionnel·le joue le rôle du collaborateur, du patient ou du proche, pour des mises en situation au plus près du réel.

1

Une situation réelle

Apportée par un·e participant·e.

2

La mise en situation

Jeu de rôle, avec un·e comédien·ne sur demande.

3

Le feedback

Des pairs et de la formatrice.

4

L'engagement

Une action à tester dès le lendemain.

8 ateliers au choix

- Animer un colloque d'équipe efficace
- Gagner du temps avec l'IA au quotidien
- Donner un feedback qui fait progresser
- Désamorcer une tension en service
- Recadrer un·e collaborateur·rice
- Mener un entretien annuel ou de recrutement
- Accueillir un patient ou une famille mécontente
- Retrouver son calme dans une situation de stress

La couleur indique la rubrique de formation associée. Un atelier sur mesure peut être construit sur votre thème.

Durée
3 h 30 par atelier

Option
Présence d'un·e comédien·ne, sur demande

Format
Dans vos murs ou en visio

Groupe
4 à 12 personnes

Pour qui ?
Toute personne ayant suivi une formation, ou souhaitant s'exercer

Tarif
Sur devis, réponse sous 48h

Scannez pour demander un devis : info@humanscare.ch

Le bon réflexe : ajoutez un atelier 4 à 6 semaines après votre formation, au moment où les nouvelles pratiques se heurtent au quotidien.

Révéler les talents, individuels et collectifs

Le coaching ne donne pas de réponses : il aide chacun·e à trouver les siennes.

Coaching individuel

Dirigeant·e·s, cadres, managers, soignant·e·s

- **Prendre son poste** : réussir ses 100 premiers jours.
- **Affirmer son leadership** et mobiliser ses équipes.
- **Gérer son stress** et prévenir l'épuisement.
- **Réussir une transition** de carrière ou de fonction.
- **Retrouver du sens** et **un équilibre** de vie.

Coaching d'équipe

Directions, équipes soignantes, équipes projet

- **Renforcer la cohésion** et **la qualité** des échanges.
- **Construire une vision partagée**, alignée sur les valeurs.
- **Apaiser les tensions** et réguler les conflits.
- **Accompagner le changement :** réorganisation, fusion, digital.
- **Développer l'intelligence collective** et l'autonomie.

Des formats adaptés à votre rythme

Coaching flash
1 à 3 séances sur un enjeu précis.

Parcours
Sur plusieurs mois, en profondeur.

Co-développement
Entre pairs, sur des cas réels.

Présentiel ou visio
Selon vos contraintes d'agenda.

Notre démarche : Diagnostic → Objectifs → Accompagnement → Mesure des progrès

Chaque accompagnement est unique. Des coachs certifié·e·s qui connaissent le terrain.
Option : diagnostic PULSIONS (p. 23). Contactez-nous pour un devis personnalisé.

Vous connaissez leurs compétences. Connaissez-vous leurs motivations ?

Un test en ligne de 280 questions qui analyse **les comportements en situation professionnelle**, et non la personnalité. Il révèle les 8 leviers de motivation de chacun·e.

P	U	L	S	I	O	N	S
Performance	Utilité	Liberté	Sécurité	Intérêt	Orgueil	Nouveauté	Social

En individuel

Mieux se connaître pour mieux manager



- Identifier ses **qualités** et ses talents naturels.
- Repérer ses axes de progrès.
- Comprendre son style de management et son impact.
- Prendre du recul lors d'une prise de poste.
- Construire un plan de développement concret.

Déroulé : cadrage, questionnaire, restitution personnalisée, pistes d'action.

En équipe

Mieux se comprendre pour mieux travailler ensemble



- **Connaître** ce qui motive chaque collaborateur·rice.
- Comprendre les forces et frictions du collectif.
- Renforcer la cohésion et réduire les tensions.
- Adapter son management aux leviers de chacun·e.
- Recruter juste en complétant **l'équipe.**

Déroulé : cadrage, questionnaires, restitutions, atelier d'équipe, bilan.

Certifiée

Un outil fiable, une restitution humaine. Les résultats ne sont jamais remis seuls : une consultante certifiée PULSIONS les interprète avec vous, dans un cadre confidentiel, et transforme les axes de progrès en actions concrètes.

Intervenante : Sandrine Fourgnaud, consultante certifiée PULSIONS · Intégrable à un coaching ou au Parcours Manager en santé (p. 6).

Concentrez-vous sur le soin. Nous prenons soin de vos RH.

Cabinets médicaux, cliniques, EMS, hôpitaux : notre consulting RH 360° et management accompagne en particulier les structures sans service RH interne, avec souplesse et sans engager de personnel à temps plein.

Approche globale
Un diagnostic complet de vos processus RH, adapté à votre taille et à votre culture.

Gain de temps
Une prise en charge des démarches administratives RH.

Équipes performantes
Des outils concrets pour la cohésion, la communication et la motivation.

Expertise santé
Une équipe spécialisée dans les structures médicales et paramédicales.

Notre méthode en 4 étapes

1
Diagnostic
Analyse de la situation et des besoins, choix des indicateurs clés.

2
Préconisations
Scénarios, ressources et vérification du cadre juridique.

3
Mise en oeuvre
Plan d'action, accompagnement au changement, suivi.

4
Évaluation
Mesure des résultats au regard des indicateurs.

Exemples de missions

- Recrutement et intégration
- Descriptifs de fonction
- Entretiens annuels
- Réorganisation de service
- Climat social et QVT
- Politique RH

Un premier échange offert pour poser le diagnostic de votre situation.
Consultez-nous pour une offre adaptée.

Ils nous confient leurs projets.

Hôpitaux, cliniques, EMS, soins à domicile, hautes écoles et fédérations : chaque collaboration est une relation de confiance construite dans la durée.

> *Proactive, à l'écoute et à la fois très pragmatique, je recommande Sandrine pour ses compétences avérées en coaching qui m'ont permis de mieux identifier mes objectifs professionnels. Son expérience dans une agence de placement est un réel atout pour conseiller avec bienveillance les personnes en recherche d'un nouveau défi et poursuivre leur carrière en toute sérénité !*
>
> *Emilie*
> *Directrice Marketing Coaching de carrière*

> *Mon coaching professionnel m'a aidée à prendre du recul sur mon travail, mon équipe, d'avoir une vision plus globale de mon rôle au sein de l'entreprise. Sandrine m'a appris à prendre appui sur mes qualités de manière à améliorer la communication au sein de mon équipe et de désamorcer des situations complexes. Merci à Sandrine pour son écoute, son empathie et son professionnalisme.*
>
> *Francine*
> *Cadre de santé Coaching professionnel*

Un réseau d'expert·e·s au service de vos projets

Formateur·rice·s, coachs et consultant·e·s spécialisé·e·s : nous choisissons pour chaque mission l'intervenant·e le plus adapté et gérons toute la coordination. Un seul interlocuteur pour vous.

En partenariat avec Medicalis Academy
Centre certifié eduQua spécialisé dans les formations métier des soignant·e·s, en complément de nos formations en management et RH · formations.medicalis.ch

Construisons votre projet sur mesure

Une formation, un coaching, un diagnostic PULSIONS ou un accompagnement RH ? Parlons de vos besoins : le premier échange est offert.

Chemin de la Tour-de-Champel 5,
1206 Genève

+41 79 108 95 20

sandrine.fourgnaud@humanscare.ch
info@humanscare.ch

www.humanscare.ch

Human's Care
Formation - Coaching - Consulting
Métiers de la santé