



# CFCM

Centre de Formation  
Communautaire de la Mauricie

## *Garder le feu sacré au travail : l'art de se motiver soi-même*

Le travail dans une organisation est parfois difficile pour les employés. Les exigences de fournir un produit et/ou un service de haute qualité sont très élevées, mais la reconnaissance des différents partenaires est parfois insuffisante. Alors comment se motiver pour considérer son travail positivement? Voilà le défi de toute personne sur le marché du travail actuel.

Plus un individu est capable de s'auto-motiver plus il sera à l'aise et heureux dans ce qu'il fait. Cette formation veut outiller les membres du personnel à développer leurs capacités à s'auto-motiver. L'approche privilégiée dans cette formation est la prévention de l'épuisement et la satisfaction personnelle au travail.

### **Objectifs**

- ✓ Saisir l'importance de se motiver soi-même au travail;
- ✓ Démystifier la motivation du personnel;
- ✓ Identifier les signes précurseurs à une démotivation personnelle;
- ✓ Utiliser les 6 facteurs de la motivation de soi au travail;
- ✓ Générer sa motivation intrinsèque : qui vient de soi;
- ✓ Développer le sentiment de compétence et de satisfaction;
- ✓ Se donner un plan personnel d'auto-motivation.

### **Public visé**

- ✓ Coordination/direction/administrateurs-trices/permanence

### **Coûts :**

40\$/personne pour les membres du CFCM  
70\$/personne pour les membres de Centraide Mauricie  
85\$/personne pour les organisations non membres  
(incluant repas, pauses et matériel pédagogique)

**20 PLACES DISPONIBLES**

**DATE LIMITE POUR VOUS INSCRIRE : 8 mars 2019**

Aucun remboursement après cette date  
Limite de 2 inscriptions par organisation

Formatrice



**Véronique Vigneault**  
a complété ses études,  
d'abord en Techniques  
d'éducation spécialisée et  
ensuite, en administration  
à l'Université de  
Sherbrooke. Elle gère sa  
propre entreprise en  
marketing,  
communication et  
organisation  
d'événements. Elle est  
appelée, notamment à  
donner de la formation et  
dispenser des services de  
supervision personnalisée.  
Mme Vigneault enseigne  
la communication et  
l'approche client dans un  
Centre de formation  
professionnelle. Elle est  
reconnue pour ses  
qualités exceptionnelles  
dans les relations  
humaines et la confiance  
en soi.

Horaire :  
**22 mars 2019**  
9h00 à 16h00

Lieu :  
**Coopérative Des Ambulancier,  
7325 Boulevard Jean-XXIII,  
Trois-Rivières**