



**Take Me Up**  
My Meaningful Gap Year

## **Descriptifs des ateliers et des séminaires**

**2021- 2022**

- Programme Take Me Up -  
CAMPUS HEP LYON, 7 rue Jean Marie Leclair 69009 LYON  
CAMPUS IGS PARIS, 12 rue Alexandre Parodi 75010 Paris  
[tmup@groupe-igs.fr](mailto:tmup@groupe-igs.fr)

## TABLE DES MATIERES

---

A PROPOS ET NOTRE MISSION .....	2
LA LISTE DES ANIMATEURS .....	3
L'EQUIPE .....	6
1 <sup>er</sup> TEMPS FORT .....	7
DECOUVRIR SES TALENTS ET SES MOTIVATIONS.....	8
DEVELOPPER SES SOFT-SKILLS : UN ENJEU CLE DANS LA VIE ET EN AFFAIRE .....	9
LA DANSE AU CŒUR DU DEVELOPPEMENT PERSONNEL .....	10
LA CUISINE ET LE DEVELOPPEMENT DES SOFT-SKILLS .....	11
THEATRE : LA COMMUNICATION VERBALE ET NON-VERBALE.....	12
DEVELOPPER SA CREATIVITE/ FILMS .....	13
COUCOURS D'ELOQUENCE .....	14
L'ART DE LA NEGOCIATION .....	15
PROJET D'ENGAGEMENT SOLIDAIRE .....	16
ANGLAIS LANGUE ETRANGERE .....	17
FRANÇAIS LANGUE ETRANGERE .....	18
2 <sup>ème</sup> TEMPS FORT .....	19
L'UNIVERSITE D'ALCALA .....	20
EDMONDS COMMUNITY COLLEGE .....	21
CALIFORNIA STATE UNIVERSITY AT SAN MARCO .....	22
SAINT PETERSBURG STATE UNIVERSITY .....	23
SEMESTRE DE MANAGEMENT INTERCULTUREL .....	24
SERVICE CIVIQUE.....	25
STAGE EN ENTREPRISE .....	26

**Take Me UP! Plus qu'une année de césure : 1 an entre développement personnel et expatriation.**

**Se laisser gagner par l'aventure Take Me UP, c'est avant tout permettre de donner du sens à son avenir, trouver sa voie, faire des choix réfléchis.**

**Take Me UP a été construit pour découvrir le monde et se révéler à soi-même.**

Cette année de césure pas comme les autres répond à la demande croissante des entreprises d'intégrer des femmes et des hommes ayant des compétences sociales, comportementales et agiles dans des environnements de plus en plus interculturels et internationaux.

Le programme est conçu pour les **18-25 ans** qui, directement après le bac ou à un moment de leur parcours universitaire, souhaitent faire une parenthèse internationale constructive pour envisager leur avenir avec confiance.

**Un programme à destination:**

- du bachelier qui ne sait pas vers quel parcours s'orienter,
- de celui ou celle qui s'interroge sur une réorientation ou souhaite donner une coloration plus internationale à son parcours,
- du diplômé qui veut faire la différence aux yeux des recruteurs et parfaire son curriculum vitae,
- du 'décrocheur' qui cherche un nouveau départ.

**NOTRE MISSION :**

Ce programme a été imaginé avec des objectifs de développement personnel indissociable du développement professionnel.

Notre mission est de permettre à chaque participant de découvrir ses talents et ses motivations pour un choix d'orientation réussie. Cette parenthèse révélatrice a aussi pour objectif d'apprendre à se connaître, pour s'enrichir et pour s'ouvrir **vers les autres et vers le monde.**

Ce programme a été créé par un organisme de formation et dans les pures valeurs fondatrices du groupe IGS : Humanisme, Entrepreneuriat et Professionnalisme.

## LISTE DES ANIMATEURS

---

- Dominique BERT :** Dominique a une expérience de plus de 30 ans dans l'enseignement supérieur. Expatriée pendant près de 10 ans aux Etats-Unis puis Directrice d'une école de commerce, elle contribue à l'internationalisation des écoles et à l'amélioration constante de l'enseignement. Son objectif est d'apporter aux étudiants les meilleures chances de réussite professionnelle dans un marché global et ce, quel que soit leurs pays d'origine ou leurs domaines de formation.  
Diplôme : Ingénieur en Agriculture de l'Institut Supérieur d'Agriculture Rhône-Alpes
- Stéphane BONNEVILLE** Stéphane est consultant- formateur de Prise de Parole en Public/ Pitch/ Media Training/ Cohésion de groupe. Il intervient depuis plus de 15 ans dans des écoles d'enseignement supérieur, universités et en entreprise. Il est aussi réalisateur de grands nombres de court- métrages.  
Diplômé de l'Ecole Supérieure du Commerce Extérieur.
- Benoit CHALIFOUX :** Benoit est conférencier international dans les domaines des soft skills, de la vente et de la diversité dans le secteur des affaires. Il a donné plus de 500 conférences au sein d'entreprises de toutes tailles au Canada, en Afrique et en Europe.  
Il est également adjoint au vice-doyen à l'international et chargé de cours à l'École des sciences de la gestion de l'Université du Québec à Montréal (ESG UQAM).  
Diplôme : Executive Master in Business (EMBA) de Paris dauphine  
BBA et MBA de l'ESG UQAM
- Francis DA SILVA** Francis, formé à l'institut Paul Bocuse, est un chef événementiel.  
Il fait aussi bien des cocktails, diners, ateliers que de la rédaction de recettes pour des magazines ou des vidéos pour certaines marques.  
Il aime emmener la cuisine là où l'on ne l'attend pas, et la montrer comme on ne l'a jamais vu !  
La cuisine pour fédérer, pour le partage, pour s'amuser, découvrir, se découvrir, goûter, se régaler...  
Il aime surprendre, créer des émotions culinaires et la cuisine est son arme ultime pour les provoquer. »
- Aurélien ESPOSITO** Après 15 ans de vente XEROX, Air France, il a rejoint la cellule de crise Air France où il a été formé à la négociation complexe, qu'il a pu mettre en pratique lors du crash du RIO 447.  
Avec 5 ans de direction commerciale internationale, 4 sociétés, 1 liquidation, 1500 livres lus sur le développement personnel, et plus sur la négociation, au moins 500 échecs/mois et des milliers d'heures de négociations, Aurélien est prêt à vous faire découvrir le super pouvoir de la négociation.

- Christophe GELLON** Issu de la banlieue lyonnaise, il a grandi dans l'univers du hip-hop. Il se forme à d'autres types de disciplines, comme la danse contemporaine, le cirque et le théâtre. Danseur interprète et chorégraphe il est aussi désireux de transmettre, il met sa pédagogie au service de la nouvelle génération.
- Kathryn NICHOLAS GUILLOT** Américaine de naissance, Kathryn a passé la plus grande partie de sa carrière en France dans le domaine de la formation supérieure internationale. Après avoir obtenu ses diplômes en Finances et en Français aux Etats-Unis, elle a fait le choix de venir vivre en France de façon définitive il y a presque 30 ans. Depuis, Kathryn travaille pour plusieurs écoles de commerce en tant que professeur, administratrice et directrice. Elle possède une expérience étendue dans le domaine de l'acquisition linguistique et l'enseignement supérieure. De plus, elle détient une grande expertise pour l'apprentissage de groupes d'horizons divers dans un contexte international.
- Florence LEBOIS** Directement après le bac, Florence a fait le choix d'une année de césure et s'est envolée pour les Etats-Unis. Cette expérience l'a transformé et a guidé ses choix de vie et de carrière. Depuis plus de 20 ans, elle accompagne des établissements d'enseignement supérieur dans leur internationalisation et s'investit auprès des étudiants pour leur permettre d'étudier aux 4 coins du monde. Pendant 6 ans, elle a développé des services relations internationales au sein d'universités américaines avant de revenir en France et d'intégrer le Groupe IGS en tant que directrice des initiatives internationales.  
Diplôme : Maitrise de Sciences Politique et MBA de l'EM Lyon
- Adeline LIEVREMONT** Adeline est passionnée de littérature française du 19<sup>ème</sup> siècle et de littérature étrangère contemporaine. Elle enseigne le français langue étrangère depuis de nombreuses années en alliant cours et apprentissages sur le terrain.  
Diplôme : Master Langues et Civilisation, Université Jean Moulin Lyon III et Master en Science des langues et français langue étrangère
- Céline NOGUEIRA** Metteuse en scène, autrice, formatrice et traductrice depuis près de 20 ans, Céline Nogueira signe une quarantaine de créations théâtrales et chorégraphiques en France et à New York et accompagne les interprètes en formation danse, théâtre et cinéma. Diplômée de littérature anglaise-spécialité Shakespeare (Université Toulouse Jean-Jaurès, Théâtre (Conservatoire de Théâtre de Toulouse, Stella Adler Studio of Acting de New York) et Hatha Yoga et Vinyasa (Yoga Alliance).

Charlotte RENOUVIN Passionnée d'Art, elle a commencé la danse classique très jeune. Cette discipline l'a aidée à forger sa personnalité.

En tant que coach, elle accompagne les personnes (étudiants, salariés) à trouver leur voie professionnelle, comprendre qui elles sont et ce dont elles ont besoin pour atteindre leurs objectifs.

Convaincue des bienfaits de l'Art sur l'humain, il sollicite la créativité, l'intuition et l'imagination, éléments indispensables pour se connaître et devenir l'auteur de sa vie.

En tant que Responsable Développement du Centre Assessment du Groupe IGS, elle développe des nouvelles offres pour accompagner les transitions professionnelles et l'employabilité.

Diplômes : Master 2 DRH Expert Management & Stratégie RH de l'IGS-RH, Master 2 Droit des affaires international de l'Université Paris-Sud, Master Droit International et Européen d'Université de Bologne ainsi que de nombreuses certifications en coaching.

## L'EQUIPE

---

Florence LEBOIS GALY

**Directrice du Programme**

☎: + 33 7 87 39 44 72

@: flebois@groupe-igs.fr

Antonie DESPREZ

**Directrice du Développement**

☎: + 33 6 74 13 94 69

@: adesprez@groupe-igs.fr

Dominique BERT

**Directrice du développement international**

☎: + 33 6 85 43 40 93

@: dbert@groupe-igs.fr

Larhi MIHARANTSOA

**Chargé du développement et du Marketing Digital**

☎: + 33 6 07 45 39 16

@: tmup@groupe-igs.fr

## 1<sup>ER</sup> TEMPS FORT

### DES ATELIERS, DES SEMINAIRES ET DES PROJETS DE GROUPE

#### AUTOUR DES SOFT SKILLS POUR DECOUVRIR SES TALENTS ET (RE)PRENDRE CONFIANCE

**Les fondements des compétences comportementales** : importance des soft-skills dans la vie personnelle et professionnelle.

**L'art de la négociation** : combattre ses craintes, développer le sens de la négociation pour obtenir ce que l'on veut !

**Prise de parole en public** : savoir se présenter, prendre confiance en soi et combattre ses craintes.

**L'esprit d'équipe et règlement des conflits** : comment la cuisine (entre autres) peut nous rassembler.

**Compétences en communication non-verbale grâce à la danse** : comment la danse développe les compétences personnelles et interpersonnelles, aide à accepter les différences, à faire face au changement, à renforcer la résilience, à gagner en confiance et développer des relations interpersonnelles saines.

**Gestion de projet** : en comprendre la portée, la contribution des parties prenantes, la communication, la gestion des risques, la négociation et les méthodes de prise de décision.

**Gestion d'événements** : gérer, planifier et réaliser, de la créativité à la budgétisation et planification.

**Compétences théâtrales** : la narration d'histoire pour la gestion du stress et la créativité

**Cours d'anglais ou de français** : développer ses compétences en langues étrangères



## DECOUVRIR SES TALENTS ET SES MOTIVATIONS

ANIMATRICE : Charlotte RENOUVIN

DUREE : ½ Journée

CREDIT :0

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

Chaque participant aura au préalable effectué en ligne sur son interface utilisateur les questionnaires Assessfirst en français ou en anglais.

1<sup>er</sup> questionnaire : SHAPE sur la personnalité

2<sup>ème</sup> questionnaire : DRIVE pour connaître ses motivations profondes

3<sup>ème</sup> questionnaire : BRAIN sur les aptitudes de raisonnement

L'atelier permet d'organiser un débriefing collectif des résultats en apportant des clés de lecture positives et en dévoilant la dynamique du groupe sur plusieurs thématiques (créativité, style de travail, façon d'entrer en relation).

Une restitution individuelle complémentaire à l'atelier collectif sera organisée ultérieurement.

### OBJECTIFS DE L'ATELIER

Pour l'étudiant :

- Identifier son potentiel et ses motivations pour améliorer la connaissance de soi et gagner en confiance
- Comprendre comment se situer dans le collectif

Pour l'équipe pédagogique :

- Apprendre à connaître les talents et motivations des étudiants individuellement
- Déterminer des axes de travail et d'expérimentation à tester lors des ateliers
- Analyser la dynamique collective pour orienter la constitution des groupes de projets

### COMPETENCES DEVELOPPEES

- Comprendre et intégrer les traits de sa personnalité et ses motivations
- Apprendre à décrypter sa personnalité de manière positive en comprenant qu'il n'y a pas de bonne et de mauvaise personnalité
- Comprendre comment fonctionne le groupe

# DEVELOPPER SES SOFT SKILLS : UN ENJEU CLE DANS LA VIE PERSONNELLE ET PROFESSIONNELLE

ANIMATEUR : Benoit CHALIFOUX

DUREE : 3 Journées

CREDIT :2

## DESCRIPTION DE L'ATELIER

Partie 1 : Les fondations et le coffre à outils des habiletés relationnelles

- Notre attitude comme point de départ
- Vos compétences humaines : la clé pour naviguer dans la complexité de notre écosystème.
- L'auto motivation : en quête d'un sens à donner à nos actions
- L'autodiscipline : reflet de la relation avec soi
- La maîtrise de soi : une vertu essentielle
- La communication efficace : savoir écouter
- L'empathie : pour comprendre l'autre et entrer en relation avec lui

Partie 2 : L'élément déclencheur : l'autodiagnostic 360 degré et la connaissance de soi

Partie 3 : Le levier de la croissance et l'importance d'étirer sa zone de confort

Partie 4 : Le radar social pour s'adapter aux autres : l'importance de l'observation et l'écoute.

Partie 5 : La finalité du développement relationnel et réussir avec les autres

## OBJECTIFS DE L'ATELIER

Prendre conscience de l'intelligence émotionnelle

- Améliorer votre intelligence émotionnelle au travail
- Développer vos soft skills
- Gestion de soi et des autres
- Gestion des conflits
- Courage managérial
- Développer des relations interpersonnelles positives et durables
- Exercer son leadership afin de favoriser un meilleur bien-être et une meilleure performance

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Comprendre et intégrer l'importance des compétences comportementales pour profiter au mieux des différents ateliers et travaux de groupe qui font partie du programme.

# LA DANSE AU CŒUR DU DEVELOPPEMENT PERSONNEL

ANIMATEUR : Christophe GELLON

DUREE : 3 journées

CREDITS :3

## DESCRIPTION DE L'ATELIER

Cet atelier est composé de 3 journées consécutives :

1. Une journée de rencontre à travers plusieurs exercices sous forme de « jeux ». De la prise d'espace à l'écoute en passant par la notion de rayonnement. Cette première journée sera dans la recherche de mise en lien du groupe. De trouver une confiance avec le groupe et soi-même. C'est une journée qui permet d'observer chaque participant dans sa façon de vivre l'initiation, la découverte.
2. Le deuxième jour se consacrera à la notion d'apprentissage et de découverte du geste commun. Un sujet chorégraphique accessible pour tous sera transmis. Au fil de la journée nous emploierons les « jeux » de la veille pour laisser libre à la créativité de chacun. Travail en mini groupe pour un livrable en fin de journée
3. Le concept IDEA (Improvisation/ Développement/ Evaluation/ Affirmation), sera basé sur des temps d'improvisation bienveillante et ludique. Une démarche qui nous permettra de comprendre la personnalité, de la développer, de l'évaluer et de l'affirmer. Tout cela dans une démarche de chorégraphie et d'interprétation qui laissera libre à chacun de se découvrir et de se redécouvrir.

## OBJECTIFS DE L'ATELIER

Que l'on soit danseur ou pas, à travers les différentes journées jeux et ateliers, chaque participant travaillera sa confiance en soi et envers les autres.

## COMPETENCES DEVELOPPEES :

Développer ses soft skills notamment la communication, la créativité, la gestion du stress et sa relation avec les autres

## EVALUATION

Chaque journée sera ponctuée par des temps de paroles et de bilan appelé « Bulletin météo du ressenti » pour que la recherche et l'exploration soit assimilée.

Un bilan final sera aussi établi et un temps de relâche permettra de finir la session avec une sensation de bien-être et d'accomplissement.

## LA CUISINE ET LE REVEIL DES SOFT-SKILLS

ANIMATEUR : Francis DA SILVA

DUREE : ½ Journée

CREDIT :1

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

On débute par la constitution de 3 équipes de couleurs différentes par tirage au sort.

Chaque groupe devra réaliser une bouchée salée à partir d'un panier mystère. Mais attention, énigmes à résoudre et observations sont nécessaires pour obtenir certains indices !

Bien évidemment pour la réalisation du plat, chaque groupe sera encadré.

### OBJECTIFS DE L'ATELIER

Comprendre la complexité et la complémentarité d'un travail de groupe en reconnaissant et prenant conscience des personnalités de chacun(e)

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Travailler et réveiller les « soft skills!» de chaque participant : adaptabilité, créativité, curiosité, confiance, esprit d'équipe, gestion du temps et du stress, leadership, communication...grâce à la cuisine !

## **THEATRE : LA COMMUNICATION VERBALE ET NON-VERBALE**

ANIMATRICE : Céline NOGUEIRA

DUREE : 3 Journées

CREDITS :3

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

Les participants grâce aux techniques utilisées au théâtre et improvisation travailleront de façon séquentielle :

La posture et la voix : savoir poser sa voix

Le Corps et l'espace : Utilisation de l'espace et analyser la connexion avec les autres participants (regard, écoute...) avec bienveillance et complicité

Corps et élocution : Phase d'improvisation et observation de l'utilisation du corps, retour constructif du public

L'autonomisation et utilisation de techniques pour canaliser ses émotions.

### OBJECTIFS DE L'ATELIER

Acquisition de techniques de communication, une bienveillance en formulant et en acceptant des critiques positives et constructives. Grâce à ces séances de story telling, chaque participant pourra aussi se découvrir en révélant certains talents cachés.

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Développer ses soft skills notamment la communication, la créativité, la gestion du stress et sa relation avec les autres

### EVALUATION

Une captation vidéo en début de formation avec un support texte spécifique, puis une captation avec ce même support texte en fin de formation, permettra de mesurer l'évolution des prestations vocales et physiques et des progrès réalisés.

## DEVELOPPER SA CREATIVITE PAR LA REALISATION D'UN FILM

ANIMATEUR : Stéphane BONNEVILLE

DUREE : 4 Journées

CREDITS :3

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

Ecriture, réalisation et montage d'un film publicitaire en 4 jours

Encadré par des professionnels de l'audiovisuel, ce module permet de travailler en sous-groupe, afin de parvenir à réaliser un challenge ensemble : réussir à créer un film publicitaire de 2 à 3 minutes, en moins de 4 jours.

L'autonomie est donnée aux étudiants dans un esprit atelier. Les animateurs encadrent les participants, en leur donnant les apports techniques et théoriques. L'initiative est ensuite donnée aux participants qui doivent tenter de résoudre différentes problématiques. Les animateurs veillent au respect du cadre (impératif temporel, faisabilité du projet) et l'accompagnement sur la réalisation des films, et l'organisation du show :

Jour #1 Ecriture du scénario

Jour #2 Tournage du film

Jour # 3et#4 Montage

Les étudiants seront en charge de l'organisation d'un show type Cérémonie des oscars, avec des présentateurs, des sketches, des remises de prix (meilleur film, meilleurs comédiens, meilleur making of...).

Chaque journée doit aboutir à un livrable (scénario écrit, rush, film monté)

### OBJECTIFS DE L'ATELIER

Réaliser un challenge en groupe

Se concerter, résoudre des problématiques, prendre des décisions rapidement

Créer de la cohésion de groupe autour d'un projet nouveau et ludique

Apprendre des techniques liées à la création de vidéo

Apprendre à connaître et utiliser un logiciel de montage professionnel

Créer et animer un show, type « oscars » avec des remises de prix (meilleur film, meilleurs comédiens, ...)

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Développer la créativité, la communication, l'esprit d'équipe, la gestion du stress et du temps

### EVALUATION

Remise de prix possible :

-meilleur film

-meilleur acteur

-meilleur actrice

-meilleur montage

## CONCOURS D'ELOQUENCE

ANIMATEUR : Stéphane BONNEVILLE

DUREE : 2 Journées

CREDITS :2

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

Le concours d'éloquence est un débat contradictoire dynamique entre 2 étudiants ou 2 équipes de 2 étudiants. Il se déroule dans un esprit ludique et bienveillant en un temps limité.

Un sujet de débat est tiré au sort entre les 2 étudiants ou les 2 équipes d'étudiants.

On attribue arbitrairement à chaque équipe, celle qui va défendre des arguments en faveur du POUR, et celle qui va argumenter en faveur du CONTRE. Peu importe donc les réelles convictions de chacun, le but est de vendre au mieux ses arguments, et de parvenir à être le plus convaincant.

Les 2 équipes ont ensuite 10 minutes de préparation avant de s'affronter durant 3 minutes.

Chaque équipe est dotée d'un timer, comme dans les compétitions d'échecs, et ne pourra donc pas dépasser son temps imparti.

### OBJECTIF DE L'ATELIER

- Gagner en assurance et en dynamisme face à son auditoire
- Développer son pouvoir de conviction
- Anticiper et traiter les objections
- Remporter l'adhésion

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Développer la communication, la cohésion d'équipe, la gestion du stress et du temps

### EVALUATION

A l'issue du débat le public détermine quelle a été l'équipe victorieuse.

Les équipes gagnantes s'affronteront successivement jusqu'à la finale des 2 meilleures équipes qui permettra d'aboutir à la victoire d'une seule équipe

## L'ART DE LA NEGOCIATION

ANIMATEUR : Aurélien ESPOSITO

DUREE : 2 journées

CREDITS :2

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

L'atelier est structuré en deux parties :

Une partie Conférence :

Notre CEO, Anime une conférence one man show interactif avec des références de séries et de films.

L'objectifs et de convaincre et de rassurer sur les bienfaits de la capacité de négociation, pour le développement personnel.

Une partie Immersion Serious Game :

Vous allez être plongé, dans une situation immersive complexe.

L'avion du PDG, « EUROP Extract » a été abattu en vol, le Conseil d'administration fait l'objet d'une tentative de déstabilisation.

Vous faites partie de la cellule de crise Négociation Academy.

A vous de jouer, vous devez comprendre, planifie et résoudre et cette situation par la négociation.

### OBJECTIF DE L'ATELIER :

Sortir du cadre classique de la formation et rendre les étudiants acteurs de leur apprentissage.

Maîtriser la méthode OPEX® : Observation, préparation, échange et expérience

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

- Base de lecture comportementale
- Structuration rapide d'une stratégie
- Appétence au conflit
- Capacité à créer de la valeur grâce au conflit
- Comprendre la Maitrise de l'échange
- Savoir se regarder post Nego

### EVALUATION

Les élèves seront évalués par les coachs, sur les compétences ci-dessus.

De la manière suivante :

- Maîtrisé
- En cours d'acquisition
- A approfondir





## PROJET D'ENGAGEMENT SOLIDAIRE

ANIMATEURS : Florence LEBOS et l'Association Petits Princes

DUREE : travail personnel et en groupe

CREDITS :8

### DESCRIPTION DE L'ATELIER

L'association Petits Princes, créée en 1987, réalise les rêves des enfants et des adolescents gravement malades. Et il y a mille et une manières d'aider les enfants à réaliser leurs rêves et l'association organise des événements pour financer ces rêves.

Toutes les idées sont bonnes pour financer les événements. A chaque groupe de travail de décider comment lever des fonds. Le projet sera alors composé de plusieurs étapes : étude de faisabilité, communication, financement et levée de fonds, planification et gestion du timing.

Chaque groupe de projet aura un tuteur du programme Take Me Up pour l'accompagner pendant toute la durée du projet.

### OBJECTIFS DE L'ATELIER

Apprendre à mener un projet de A à Z en s'appuyant sur ses propres compétences et celles des autres membres du groupe.

Apprendre à gérer ses émotions et celle des autres, faire confiance.

Apprendre à gérer son emploi du temps et respecter les échéances

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

La gestion de projet permet de développer la plupart des « soft-skills » qui sont utiles dans les études et plus tard dans la vie professionnelle :

Créativité, motivation, gestion du stress, communication, adaptabilité, leadership et cohésion de groupe

### EVALUATION :

Une évaluation du projet mais aussi de chacun des participants feront l'objet d'une évaluation.

## ANGLAIS LANGUE ETRANGERE

ANIMATRICE: Kathryn GUILLOT

DUREE : 76 heures

CREDITS :6

### DESCRIPTION DU COURS

L'essence de ces cours est de renforcer l'expression orale en anglais. Il n'est pas rare que les participants aient déjà un bon niveau d'anglais, mais par manque de pratique hésitent trop souvent à prendre la parole. L'objectif sera donc de les habituer à parler, lentement au début puis de plus en plus vite et sans erreurs. Une attention spéciale sera aussi consacrée à l'accent tonique et la prononciation.

En fin de module, le participant doit être capable de se présenter, de poser des questions, de converser librement, de faire un exposé ou de prendre la parole de manière spontanée, d'échanger au téléphone, en somme de se sentir à l'aise et en confiance en anglais quel que soit le contexte.

Les séances, animées 100% en anglais, se dérouleront en petits groupes avec une pédagogie active et immersive. Nous aborderons également des notions d'interculturalité et son impact sur la communication verbale et non-verbale

### OBJECTIFS DU COURS

- Développer sa confiance afin d'être capable de s'exprimer avec aisance à l'oral,
- Atteindre une certaine fluidité linguistique et être capable de donner son avis, poser des questions, et échanger avec des interlocuteurs divers.

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

- Consolider ses connaissances en anglais, à l'oral ;
- Soutenir des conversations de manière spontanée sans préparation ;
- Présenter un sujet de manière efficace et pertinente, avec un temps de préparation ;
- Travailler la phonétique – prononciation, accent, intonation ;
- Raconter des expériences, parler de ses objectifs, de ses projets ;
- Améliorer sa compréhension de la langue, son accentuation et sa prononciation.
- Développer son vocabulaire.

### EVALUATION :

- Contrôle continu basé sur la réalisation de travaux pratiques ; jeux de rôles ; mises en situation ; débats,
- Participation en cours.

## FRANÇAIS LANGUE ETRANGERE

ANIMATEUR : Adeline LIEVREMONT

DUREE : 76 heures

CREDIT :6

### DESCRIPTION DU COURS :

Au cours des différentes sessions, les participants travailleront leur communication en français :

Les premiers contacts, la vie quotidienne, l'emploi du temps, les différentes culturelles ... à travers différents ateliers (videos, reportages...), des sorties culturelles et des mises en situation.

### OBJECTIFS DU COURS

Apprendre les notions du français et appréhender les différences culturelles. L'étudiant pourra aussi mesurer ses progrès.

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Prendre confiance en soi grâce à l'apprentissage d'une langue étrangère et découvrir la culture française.

L'étudiant sera capable de s'exprimer en français dans la vie courante : savoir se présenter, demander l'heure, faire des achats, parler de ses origines et de ses projets.

Pouvoir s'exprimer au présent et au passé.

### EVALUATION :

L'étudiant sera évalué après chaque atelier.

Un test de FLE à la fin des sessions.

## **2<sup>EME</sup> TEMPS FORT**

**UNE AVENTURE INTERNATIONALE ENCADREE, A LA RENCONTRE DE SOI ET DES AUTRES EN EUROPE, EN ASIE OU AUX ETATS-UNIS :**

- ✓ **EN UNIVERSITE PARTENAIRE,**
- ✓ **LE SEMESTRE DE MANAGEMENT INTERCULTUREL**

**OU**

**UNE PREMIERE EXPERIENCE, POUR DEFINIR SON PROJET PROFESSIONNEL A TRAVERS**

- ✓ **UN SERVICE CIVIQUE**
- ✓ **UN STAGE EN ENTREPRISE**
- ✓ **DU VOLONTARIAT EN FRANCE OU A L'ETRANGER**



## L'UNIVERSITE D'ALCALA

PAYS : Espagne

DUREE : 10 semaines de janvier à mi- mars ou de mi-mars à fin mai

CREDIT : 30

### DESCRIPTIF :

L'université d'Alcala est classée monument historique et est située dans la ville d'Alcala, héritage UNESCO à 30 mn de Madrid.

L'université propose des cours de langue et de culture espagnole.

Possibilité de suivre des cours universitaires en anglais ou en espagnol si le niveau de langue le permet.

Hébergement en résidence universitaire ou en famille d'accueil pour parfaire l'immersion culturelle

### OBJECTIFS :

Approfondissement ou apprentissage de l'espagnol

Immersion culturelle

La découverte de certaines disciplines universitaires pour parfaire le choix d'orientation

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Apprentissage de l'approche multiculturelle tant dans la vie personnelle que professionnelle,

Gestion du temps et du stress.

Confiance en soi

### EVALUATION :

Des tests de langues en amont et à la fin du programme

Chaque cours sont évalués et font l'objet d'un examen final.



## EDMONDS COMMUNITY COLLEGE

PAYS : Etats-Unis

DUREE : 9 semaines de fin décembre à mi- mars ou début-mars à fin mai

CREDIT : 30

### DESCRIPTIF :

Edmonds Community College est situé près de Seattle dans l'état de Washington, berceau d'Amazon et la foundation Bill & Melinda Gates.

Les « community colleges » délivrent des diplômes équivalent bac +2 et permettent d'être admis en admissions parallèles dans des universités pour poursuivre ses études et obtenir un Bachelor puis un master.

Ce collège offre l'opportunité de suivre des cours de ESL (English Second Language) ou des cours universitaires si le niveau d'anglais le permet.

Des activités bénévoles sont disponibles pour les étudiants qui souhaitent s'engager dans une association.

Hébergement en résidence universitaire ou en famille d'accueil pour parfaire l'immersion culturelle

### OBJECTIFS :

Approfondissement de l'anglais

Immersion culturelle

La découverte de certaines disciplines universitaires pour parfaire le choix d'orientation

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Apprentissage de l'approche multiculturelle tant dans la vie personnelle que professionnelle,

Gestion du temps et du stress.

Confiance en soi

### EVALUATION :

TOEFL test

Chaque cours sont évalués et font l'objet d'un examen final.



## CALIFORNIA STATE UNIVERSITY AT SAN MARCOS

PAYS : Etats-Unis

DUREE : 17 semaines de mi-janvier à fin mai

CREDIT : 30

### DESCRIPTIF :

CSUSM, université de taille moyenne est située 45mn de San Diego état de Californie.

Cette université offre l'opportunité de suivre des cours de ESL (English Second Language) ou des cours universitaires aidé d'un tutorat si le niveau d'anglais le permet.

De nombreuses associations étudiantes permettent aux internationaux de vivre le campus à l'américaine

Des activités sont également proposées chaque semestre aux étudiants pour leur permettre de découvrir les environs et profiter de la plage et du climat clémente à toutes périodes de l'année.

Hébergement en famille d'accueil ou sur le campus.

### OBJECTIFS :

Approfondissement de l'anglais

Immersion culturelle

La découverte de certaines disciplines universitaires pour parfaire le choix d'orientation

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Apprentissage de l'approche multiculturelle tant dans la vie personnelle que professionnelle,

Gestion du temps et du stress.

Confiance en soi

### EVALUATION :

TOEFL test

Chaque cours sont évalués et font l'objet d'un examen final.



## SAINT PETERSBURG STATE UNIVERSITY OF ECONOMICS

PAYS : Russie

DUREE : 19 semaines du début février à mi-juin

CREDIT : 30

### DESCRIPTIF :

L'université d'état de St. Pétersbourg est aussi connue sous le nom UNECON.

Créée il y a 90 ans, UNECON fait partie des meilleures universités du pays.

UNECON propose plus de 40 programmes Bachelor et 60 programmes Master et offrant ainsi une large variété de cours et d'options aux participants désirant poursuivre leurs études à St Pétersbourg.

Sa situation au centre de St. Pétersbourg, permet aux étudiants de profiter d'une ville animée à l'architecture exceptionnelle et d'un centre artistique renommé.

Les résidences pour étudiants internationaux sont situées sur le campus central, offrant une expérience exclusive de la vie académique, culturelle et sociale de la Venise du Nord.

### OBJECTIFS :

Approfondissement du Russe ou de l'anglais

Immersion culturelle

La découverte de certaines disciplines universitaires pour parfaire le choix d'orientation

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Apprentissage de l'approche multiculturelle tant dans la vie personnelle que professionnelle,

Gestion du temps et du stress.

Confiance en soi

### EVALUATION :

Chaque cours sont évalués et font l'objet d'un examen final.





## LE SEMESTRE DE MANAGEMENT INTERCULTUREL

PAYS : Chine, Vietnam, Canada

DUREE : 5 mois de février à juin

CREDIT : 30

### DESCRIPTIF :

Au programme, et en anglais : Economie, Marketing, Négociation, Logistique, Droit, mais aussi de nombreuses rencontres de dirigeants et d'entrepreneurs français implantés à l'étranger sans oublier certaines visites culturelles incontournables : la Grande Muraille de Chine, l'université de Beida, la cité interdite en Chine et la découverte de la Baie d'Halong, du village et des rizières de Mai Chau au Vietnam

- Chine :

**Pékin** : 15 heures de séminaire et conférences avec : Rougié, Amandine Bakery, IMM International, baume & Mercier, visite de Carrefour et de Bei Da- Université de Pékin

**Shanghai- Fudan University** : 80 heures de cours, conférences et visites organisées avec des entreprises implantées à Shanghai : Carrefour, Nivea, Pernod Ricard, Geodis, Pimkie...

**Chengdu-Sichuan University** : 45 heures de séminaire et visites avec : Suez, Coca-Cola, ICI Consulting, France Excellence, CCFC (Centre Culturel Franco-Chinois à Chengdu), Qingchengshan Mount, Giant, Panda Base...  
Rencontres avec les étudiants de Sichuan University

**Hong Kong** : Séminaire de 15 heures de conférences dirigées par des entrepreneurs français et anciens SMIens spécialistes de la Chine, implantés à Hong Kong.

- Vietnam

**Hanoï – Académie diplomatique du Vietnam** : 30 heures de cours et conférences

- Canada Québec

**Université du Québec à Montréal** : 150 heures de cours à l'Université du Québec à Montréal (UQAM) dispensées par des intervenants francophones et anglophones en Multicultural Management, Development of Soft Skills, Digital Nomadism, Social Media Strategy, American Politic Environment, ...

Hébergement en hôtels centre-ville ou sur campus universitaires

### OBJECTIFS :

Etude des Managements comparés

Découverte initiation du Marketing, de la géopolitique

Approfondissement de l'anglais

Travail de rédaction en français et anglais sous pression

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Travail en équipe, apprentissage de l'approche multiculturelle tant dans la vie personnelle que professionnelle, gestion du temps et du stress.

### EVALUATION :

Contrôle des connaissances à la fin de chaque étape, Travail de groupe



## LE SERVICE CIVIQUE

PAYS : France ou à l'étranger

DUREE : 4 à 6 mois

CREDIT :30

### DESCRIPTIF

Le service civique permet de s'engager dans une mission au sein d'une association, d'un établissement public ou une collectivité.

Il peut s'effectuer dans les domaines suivants :

Solidarité, environnement, sport, culture, éducation, santé, intervention d'urgence, mémoire et citoyenneté, aide humanitaire.

### OBJECTIFS :

Comprendre le sens de l'engagement et se rendre utile

Améliorer ses connaissances dans le domaine qui nous intéresse

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Empathie et l'écoute et l'ouverture aux autres

Connaissance et confiance de soi

Travail en équipe

### EVALUATION :

Rédaction d'un rapport à l'issue du service civique



## STAGE EN ENTREPRISE

PAYS : France ou à l'étranger

DUREE : 4 à 6 mois

CREDIT :30

### DESCRIPTIF

Après le premier temps fort du programme qui a permis de découvrir ses talents et de travailler sur ses compétences comportementales, le stage est une première (ou non) expérience professionnelle qui permettra de découvrir le monde de l'entreprise et des différents métiers.

### OBJECTIFS :

Affiner son projet professionnel

Améliorer ses connaissances dans le domaine qui nous intéresse

### COMPETENCES DEVELOPPEES :

Empathie et l'écoute et l'ouverture aux autres

Connaissance et confiance de soi

Travail en équipe

### EVALUATION :

Rédaction d'un rapport à l'issue du stage