

**NOUS CONJUGUONS NOS EXPERTISES POUR
DÉVELOPPER VOS TALENTS !**

Meras-Network

Année 2022- 2023

ORGANISME DE FORMATION

Certifié QUALIOPi & Agréé CNEFOP



**MERAS
NETWORK**
Les Experts de la Formation

Siège - 75 avenue Parmentier – 75011 PARIS
Bureau Neuilly-sur-Seine – 96 avenue Maurice Barrès - 92200 Neuilly Sur Seine
Bureau Dijon – 19 Boulevard Carnot – 21000 Dijon
Bureau Montpellier – 19 boulevard de la perruque– 34000 Montpellier

+ 33 (0) 6 12 24 83 46 - contact@merasnetwork.com



LES EXPERTS DE LA FORMATION



Une intelligence collective au service de l'entreprise

Une équipe de plus de 60 consultants formateurs, Directeurs Artistiques et comédiens, intervenant en France et à l'étranger.



Des formations sur mesure, inter et intra packagé

Management, efficacité professionnelle, commercial, développement personnel, doublage & voix off... nos compétences pluridisciplinaires nous permettent d'étudier ensemble vos besoins.



Form'Acting® : communiquer autrement

Mise en scène de vos situations d'entreprise par nos comédiens accompagnés de nos consultants/formateurs experts pour analyser ces situations.



Steeple-chase : optimisez vos performances

Des parcours thématiques progressifs professionnalisants.



Evénementiel : team building, théâtre d'entreprise et events

Fédérer, motiver, rassembler pour accompagner vos messages les plus forts.



EN INTRA OU EN INTER, DES FORMATIONS SUR MESURE



Vos besoins / Nos solutions

- Vous souhaitez établir une relation personnalisée en plaçant le client « au cœur des préoccupations et des métiers de votre entreprise »
 - ✓ Nous mettons en place des programmes sur mesure fondés sur vos problématiques
- Vous souhaitez accompagner les changements en les anticipant
 - ✓ Nous vous proposons des formations opérationnelles qui permettent à vos collaborateurs de rester maître de leurs périmètres d'actions et d'accompagner efficacement les phases d'évolution
- Vous souhaitez être innovant et performant grâce aux techniques relationnelles les plus récentes
 - ✓ Nous vous proposons un entraînement personnalisé avec des mises en situation « live » épaulées par des comédiens professionnels et réalisées par des formateurs experts.

Des domaines d'intervention généraux : management commercial, efficacité professionnelle, développement personnel, ... **aux domaines plus spécifiques :** doublage, voix off ...

👉 **Notre palette d'interventions est plus importante que vous ne l'imaginez !**

FORMATIONS INTER MANAGEMENT



Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

MERAS
NETWORK
Les Experts de la Formation

Vos besoins / Nos solutions

- ✓ Manager son équipe – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Développer l'impact de sa communication managériale – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Réussir ses entretiens d'évaluation – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Manager sa force de vente – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Développer son leadership de manager commercial – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Manager dans un contexte multiculturel – 1880 € HT – 3 jours
- ✓ Management intergénérationnel – 1880 € HT – 3 jours
- ✓ Savoir vendre avec méthode et convaincre – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Réussir le management de ses collaborateurs en télétravail – 1380 € HT – 2 jours

Cliquez sur les liens hypertexte pour découvrir nos programmes

**Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.**

FORMATIONS INTER EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE



Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

MERAS
NETWORK
Les Experts de la Formation

Vos besoins / Nos solutions

RELATION CLIENT

- ✓ Gérer son sens du service et sa Relation Client – 1580 € HT – 3 jours
- ✓ Garder la maîtrise de soi et rester professionnel face aux appels difficiles – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Traiter la réclamation avec succès – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Gérer efficacement l'agressivité et le conflit grâce à des techniques de communication impactantes – 1380 € HT – 2 jours

ORGANISATION

- ✓ Organisation et gestion du temps : comment faire ? – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Trio d'efficacité : lire vite, organiser ses idées et écrire vite * – 1680 € HT – 3 jours
- ✓ Le Mind Map® pour organiser et structurer ses idées – 1680 € HT – 3 jours
- ✓ Développer son esprit de synthèse à l'oral comme à l'écrit – 1680 € HT – 3 jours
- ✓ Stimuler sa mémoire – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Savoir conduire et animer une réunion – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Lecture rapide : comment lire plus vite et mieux ? – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Travailler en mode projet (initiation) – 1480 € HT – 2 jours

**Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.**

FORMATIONS INTER EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE



Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

MERAS
NETWORK
Les Experts de la Formation

Vos besoins / Nos solutions

COMMUNICATION ORALE

- ✓ Les bases de la prise de parole – 1480 € HT – 2 jours
- ✓ Prendre la parole avec brio – 1480 € HT – 2 jours
- ✓ Prendre la parole en anglais – 1580 € HT – 2 jours
- ✓ Bien communiquer face aux situations difficiles – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Media-training ou comment maîtriser sa communication en interview – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Révolutionnez vos présentations PowerPoint – 1380 € HT – 2 jours

COMMUNICATION ECRITE

La Prise de Notes MERAS® est une exclusivité de notre organisme

- ✓ Prendre des notes rapides et efficaces en français avec la méthode MERAS®* – 1980 € HT – 3 jours
- ✓ Adapter sa prise de notes MERAS à l'anglais avec MERASA * – 980 € HT – 1 jour
- ✓ Prendre des notes rapides et efficaces à distance en français avec la méthode MERAS®
* 2300 € HT – 6 modules de 2h20
- ✓ Prendre des notes rapides et efficaces en anglais avec la méthode MERASA® * – 1980 € HT – 3 jours non consécutifs
- ✓ Adapter sa prise de notes MERASA® au français avec MERAS® * – 980 € HT – 1 jour

Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.

FORMATIONS INTER EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE



Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

MERAS
NETWORK
Les Experts de la Formation

Vos besoins / Nos solutions

COMMUNICATION ECRITE

- ✓ Prendre des notes rapides sur ordinateur avec la méthode C. FAST® * 1980 € HT – 3 jours
- ✓ Prendre des notes sous tableaux synoptiques – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Prendre des notes et rédiger un compte rendu lisible & factuel – 1680 € HT – 3 jours
- ✓ Rédiger des rapports efficaces et pertinents – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Rédiger un compte-rendu avec efficacité – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ L'E-mail au service de l'entreprise – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Ecriture créative : osez ! – 1880 € HT – 3 jours
- ✓ Se réconcilier avec la langue française – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Mieux rédiger ses écrits professionnels – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Comment être un bon « Chateur » professionnel ? – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Tout savoir sur les différentes techniques de prise de notes – 1380 € HT – 2 jours

Cliquez sur les liens hypertexte pour découvrir nos programmes

**Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.**

FORMATIONS INTER EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

Vos besoins / Nos solutions

COMMUNICATION DIGITALE

- ✓ Réseaux sociaux, mode d'emploi - 1380 € HT - 2 jours
- ✓ Gérer sa E- Réputation (pour non spécialistes) - 1380 € HT - 2 jours
- ✓ Optimiser sa stratégie E-commerce - 1380 € HT - 2 jours
- ✓ S'adapter à la communication digitale, une stratégie gagnante pour vos clients ! - 1880 € HT - 3 jours
- ✓ Maîtriser le référencement naturel SEO pour améliorer le positionnement de son site web - 1380 € HT - 2 jours

FORMATION DE FORMATEURS & TUTORAT

- ✓ Formation de formateurs – Se former au **Form'Acting** - 3680 € HT - 9 jours - Spécial Comédiens - *
- ✓ Formation de formateurs **cycle long certifiant** - 3 modules - 5040 € HT - 17,5 jours
- ✓ Devenir tuteur en milieu professionnel - 1750 € HT - 2 jours
- ✓ Devenir tuteur/Maître d'apprentissage en milieu Professionnel ou accompagnement individuel - 2400 € HT - 2,5 jours
- ✓ Formation de formateur « Prendre des notes rapides avec la méthode MERAS® » - 6955 € HT - 17 jours - **cycle certifiant** - *

Cliquez sur les liens hypertexte pour découvrir nos programmes

Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé. Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.



FORMATIONS INTER DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

MERAS
NETWORK
Les Experts de la Formation

Vos besoins / Nos solutions

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

- ✓ Développer son assertivité et sa confiance en soi – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Mieux gérer son stress au travail – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Gérer ses émotions et développer son Intelligence Emotionnelle – 1380 € HT – 2 jours
- ✓ Process Com® ou comment connaître les leviers d'une efficacité positive – Niveau 1 – 2010 € HT – 3 jours
- ✓ Approfondir ses connaissances au Modèle Process Com® – Niveau 2 – 1580 € HT – 2 jours

Cliquez sur les liens hypertexte pour découvrir nos programmes

Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.

FORMATIONS INTER DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme

Vos besoins / Nos solutions

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

- ✓ Développer sa communication et son impact personnel avec la PNL - 1880 € HT - 3 jours
- ✓ Trio personnel gagnant (conseils en image, gestion des émotions et prise de parole) * - 1580 € HT - 3 jours
- ✓ Développer son aisance relationnelle grâce au Melting Pot : Techniques théâtrales, AT, PNL, CB - * 1880 € HT - 3 jours
- ✓ Les clés pour gagner en estime de soi et en affirmation de soi - 1380 € HT - 2 jours
- ✓ Gagner en confiance et en assurance avec les techniques des acteurs - 1880 € HT - 3 jours

Cliquez sur les liens hypertexte pour découvrir nos programmes

Toutes nos formations « clé en main » sont transposables en intra packagé.
Contactez-nous pour mettre en place VOTRE formation, dans VOS locaux.



FORMATIONS INTER

DOUBLAGE & VOIX OFF

Vos besoins / Nos solutions

DOUBLAGE & VOIX OFF

Présentiel
&
Distanciel

6 Jours – 2016,00 € HT

- ✓ Pack NARRATION *
- ✓ Pack VOICE OVER *

- ✓ Pack DOUBLAGE/MANGA *
- ✓ Pack LIVRE AUDIO * **Exclusivité en DISTANCIEL**

15 jours – 5040,00 € HT

- ✓ Multi Pack LIBERTE * (conception en sur mesure – Concept Meras-Network)

LIVRE AUDIO- MANGA- DOUBLAGE- VOICE OVER – NARRATION- PUB- E-LEARNING...

3 jours – 1008,00 € HT *

- ✓ Pack VOICE ADAPTATEUR *

Contactez-nous pour mettre en place

VOTRE formation, dans **NOS**

studios de production

Les thématiques indiquées avec l'astérisque * sont des exclusivités de notre organisme



FORM'ACTING : METTEZ EN SCÈNE VOS PROBLÉMATIQUES D'ENTREPRISE

Le théâtre permet de mettre en scène vos problématiques d'entreprise et par l'effet miroir de démontrer et de lever des « a priori » comportementaux.

Pour susciter la discussion, faire passer des messages, avoir une synergie de groupe, choisissez un concept unique en formation :

Des comédiens mettent en scène votre entreprise (sketchs, saynètes, impros, scénarii...) accompagnés par des consultants/formateurs qui analysent et débriefent chaque situation.

Nos comédiens + nos consultants = un binôme d'experts pour communiquer autrement !

Comédiens, scénaristes, musiciens... ("*Petit théâtre de Bouvard*", "*Maguy*", "*Commissaire Moulin*", "*Cordier Juge et Flic*", "*Navarro*", "*Section de Recherches* » « *L'affaire Halimi* », « *vipère au poing* », « *Ma belle-mère, mon ex et moi*,...) une équipe de professionnels du théâtre, de la télévision et du cinéma sont au service de votre entreprise.

Ils mettent leur expertise et leur talent à **VOTRE** disposition.



STEEPLE CHASE

Vos besoins / Nos solutions :

- ✓ Renforcez votre potentiel de manager ▶▶ Steeple-Chase management
- ✓ Développez votre capital personnel ▶▶ Steeple-Chase développement personnel
- ✓ Optimisez votre relation client ▶▶ Steeple-Chase relation client
- ✓ Gagnez en aisance dans vos écrits professionnels ▶▶ Steeple-Chase écrits professionnels
- ✓ Exploitez vos capacités professionnelles ▶▶ Steeple-Chase développement professionnel
- ✓ Améliorez votre anglais ▶▶ Steeple-Chase en anglais
- ✓ Gérez les ressources humaines en entreprise ▶▶ Steeple-Chase RH
- ✓ Améliorez vos repères en histoire ▶▶ Steeple-Chase Histoire & Culture générale
- ✓ Améliorez votre français à l'oral et à l'écrit ▶▶ Steeple-Chase efficacité personnelle
- ✓ Devenez assistante ▶▶ Steeple-Chase assistanat
- ✓ Apprivoisez vos outils bureautiques ▶▶ Steeple-Chase bureautique
- ✓ Des solutions clés pour s'épanouir au travail ▶▶ Steeple-Chase bien-être au travail
- ✓ C'est à vous de jouer ! ▶▶ Steeple-Chase Théâtre

Des sauts d'obstacles à franchir aisément !

Ces parcours uniques et innovants en formation vous permettront en **11 jours** d'acquérir de nouvelles compétences, d'optimiser vos performances, de vous accompagner dans le changement.



TEAM BUILDING : CRÉER L'ÉVÉNEMENT



Quelques exemples

La voix de l'écran® EXCLUSIVITE

Dans un studio de doublage mythique, imprégné de l'univers du cinéma, vos équipes partageront un moment d'émotions intenses et créeront une véritable cohésion d'équipe dans le but d'optimiser leurs relations interprofessionnelles et interpersonnelles et de travailler en conscience une communication efficace et collaborative.

Point fort de ce Team Building ►► Travail sur le dépassement de soi, le respect **des autres, des procédures et des process**, l'affirmation de soi (croire en ce que l'on est capable de faire), sa singularité, son originalité et sa communication inter relationnelle (dans le cadre d'une mise en œuvre collective), sa conviction, ...



Artist for a night®

Percussions, chants, chorégraphies, ou comédies musicales (thèmes variés : *Grease, Hair, Sister Act, Cabaret, Saturday Night Fever, ABBA, Starmania, Coton Club...*), imaginez l'émotion ultime d'être capable de se dépasser et de parvenir à réaliser (en équipe) un spectacle digne de professionnels !

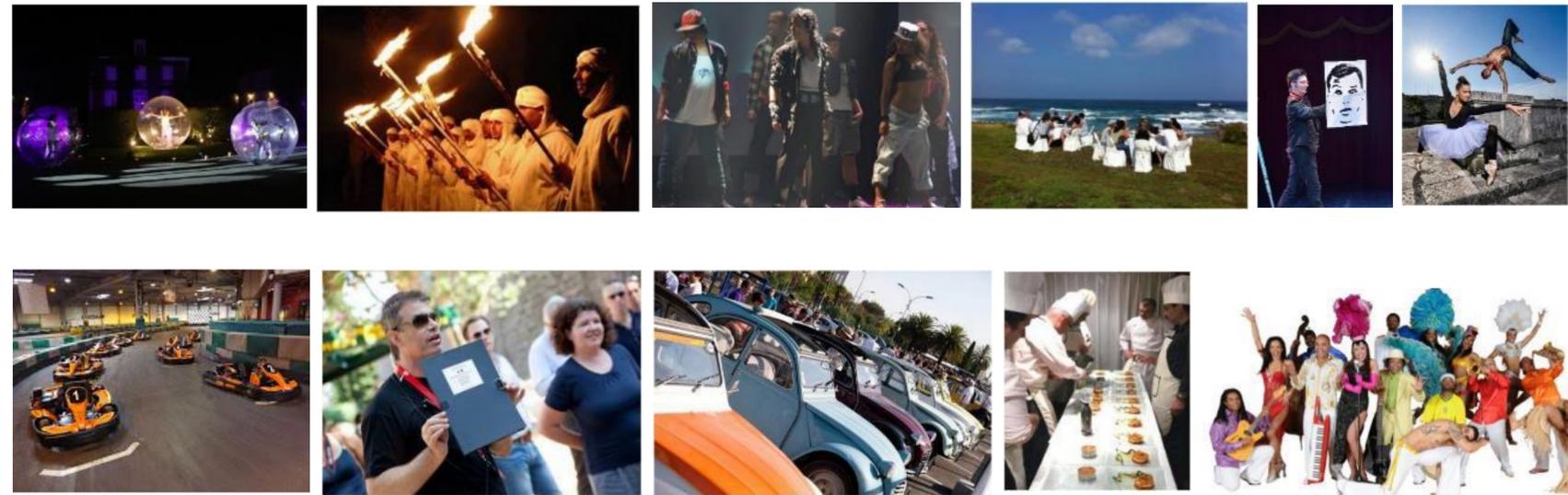
Point fort de ce Team Building ►► travailler sur l'affirmation de soi, sa communication avec les autres,...



EVENTS : SUBLIMEZ VOS PROJETS

Nous nous attachons à apporter de la créativité, de l'inventivité et de la magie à votre événement pour qu'il ne ressemble à aucun autre, car nous avons pour vocation de vous proposer l'inattendu, tout en restant au plus près de vos exigences, et ainsi transformer un simple événement en une célébration à vos mesures.

Quels que soient vos besoins - spectacles de gala, shows, artistes déambulatoires, séminaires, team building, incentive, challenges... Meras-Network, s'appuie sur un réseau de partenaires et imagine pour vous un événement selon votre budget et vos contraintes.



NOS VALEURS



Notre originalité et
notre différence

Nous créons le déclic pour accompagner vos
collaborateurs dans le changement !



Des mises en situation réelles

Des formateurs experts accompagnés de comédiens
professionnels pour appuyer la théorie de mises en
situations quasi réelles.

Connaître nos [Conditions Générales de Vente](#)



Créativité, rigueur, innovation

Nos formations sont sur mesure et révélatrices de
développement.



Ils nous font confiance

Entreprises



Secteur public



Ecoles/formation



Et aussi : ADP, Adami, AFDAS, Auranex, AREVA, ARTE, Atos Origin, AXA, Bouygues SA et Bouygues Construction, Budget, CABEX, Carlson Wagonlit, Capgemini, CNED, CNRS, Crédit Agricole, Danone, Darty, ENEDIS, ENGIE, Eurodev, EXIDE, Faurécia, FNAC, Groupe PARTOUCHE, GRDF, Hoffmann La Roche, Hermès, Ikéa, Innotech International, Institut Curie, ITESCIA, INRA, KPMG, Lenôtre, Manpower, Marie Surgelés, Nestlé, OPH, Ordre des Avocats, Ordre des Médecins, Ordre de Malte, Peugeot, Philips, Pôle Emploi, Promosalons, Publicis Groupe, PRG Schultz, Quelle, Quick, Renault, Sécuritas, Saupiquet, Société Générale, SNCF, Total, Training on Line, Vivendi Universal, Vinci, Warner Group, ...

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Nos formations se déroulent majoritairement sur le lieu de travail des participants (*intra*). Nous nous adaptons à l'environnement dans lequel nous intervenons.

Si le handicap des participants nécessite un matériel spécifique, nous en établissons la liste et vérifions la disponibilité avec l'employeur durant notre phase de préparation, en amont de la formation.

Pour nos formations inter-entreprise, en fonction du handicap du participant, nous garantissons l'accessibilité de nos salles et studios de production, grâce à nos partenaires :

[> BURO CLUB](#)

[> MICROMEGA](#)

Nous sommes là pour vous accompagner

Meras-Network s'appuie également sur son partenaire [CAP EMPLOI](#) pour répondre à toutes vos questions





ORGANISME DE FORMATION

Certifié QUALIOP1 et Agréé CNEFOP

meras-network.com

contact@merasnetwork.com

Faites partie de notre communauté

