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
Bureaux Grand Est – 19 Boulevard Carnot – 21000 Dijon / 1 rue de Sarreguemines- 67000 Strasbourg
Bureau Montpellier – 60 avenue Albert DUBOUT – 34000 Montpellier

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

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTION DE FORMATION

2024 - 2025

LES EXPERTS DE LA FORMATION

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

Une intelligence collective au service de l'entreprise

Une équipe de plus de 60 consultants formateurs, Directeurs Artistiques, coachs 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® : *communiquez 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 et théâtre d'entreprise*

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

EN INTRA OU EN INTER, DES FORMATIONS SUR MESURE

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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*
- ✓ Valoriser et professionnaliser son image en distanciel - 420 € HT – *½ 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 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 efficaces en présentiel INTRA avec la méthode MERAS – 2990 € HT – *3 jours**
- ✓ Prendre des notes efficaces à distance avec la méthode MERAS – 2300 € HT *6 modules de 2h20**
- ✓ Adapter sa prise de notes MERAS à l'anglais avec MERASA *– 1080 € HT – *1 jour*
- ✓ Prendre des notes rapides et efficaces en anglais avec la méthode MERASA® * – 2990 € HT– *3 jours non consécutifs*
- ✓ Adapter sa prise de notes MERASA® au français avec MERAS® * – 1080 € 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 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* *
- ✓ Prendre des notes visuelles et créatives avec le sketchnoting - 1080 € HT – *1 jour*

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

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 formateur occasionnel – 2080 € HT- *2 jours*
- ✓ Formation de formateurs cycle long certifiant – *3 modules* - 5600 € 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 – *20 jours – cycle certifiant* - *

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*

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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

Présentiel & Distanciel

DOUBLAGE & VOIX OFF

6 Jours – 2240, 00 € HT

✓ Pack NARRATION/VOICE OVER * ✓ Pack DOUBLAGE/ANIME/MANGA * Pack LIVRE AUDIO * Exclusivité en DISTANCIEL

15 jours – 5600,00 € HT

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

LIVRE AUDIO- MANGA- DOUBLAGE- VOICE OVER – NARRATION- POD CAST, PUB- E-LEARNING…

✓ Pack ILE DE France *
✓ Pack RHONE ALPES *
✓ Pack GRAND EST *
✓ Pack POD CAST *
✓ Pack LUXEMBOURG *

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

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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,…

NOS VALEURS

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

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

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

Entreprises

EDF
AIR FRANCE
Harmonie mutuelle
BNP PARIBAS
CANAL+
orange Business Services
RATP
AXA
INRAE
ALSTOM

Secteur public

ASSEMBLÉE NATIONALE
Apec
Cnfpt
CHAMBRE DE COMMERCE ET D'INDUSTRIE
MINISTÈRE DE LA DÉFENSE
MINISTERE DE LA DEFENSE
MINISTERE DE LA JUSTICE
cnes CENTRE NATIONAL D'ÉTUDES SPATIALES
MINISTÈRE DES ARMÉES
MINISTÈRE DE L'ÉCONOMIE DE L'INDUSTRIE ET DE L'EMPLOI

Ecoles/formation

cegos
KPMG
Cnam CONSERVATOIRE NATIONAL DES ARTS ET METIERS
comundi compétences
SciencesPo.
ESCP BUSINESS SCHOOL
CNED
Université Libanaise

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, INRAE, GIPCPAGE, 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 notre partenaire :

> BURO CLUB

Nous sommes là pour vous accompagner

Meras-Network s'appuie également sur son partenaire **CAP EMPLOI** pour répondre à toutes vos questions

MERAS NETWORK
Les Experts de la Formation

ORGANISME DE FORMATION

www.meras-network.com

contact@merasnetwork.com

+33 6 12 24 83 46

Faites partie de notre communauté

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTION DE FORMATION