CONTRAT DE SOUS-TRAITANCE DE PRESTATION

Entre,
Erach Human Formations
70 Avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Immatriculée sous le SIRET : *43006003800055*
Représenté par : Baya FECIH en qualité de : *Responsable Légale*
Déclaration numéro enregistrée 73820028782 auprès de la DIRECCTE Toulouse (ci-après dénommé « le Donneur d'ordre »,
Et,
Dénomination sociale et adresse de l'organisme de formation sous-traitant :
Agnès LLORET
31 rue de l'Eglise
31620 CASTELNAU D ESTRETEFONDS
Immatriculée sous le SIRET : 540 063 831 000 15
Représenté par : **Agnès LLORET**
Déclaration enregistrée sous le n° 76 31 10978431 auprès du Préfet de région, ci-après dénommé « le Prestataire »,

Il a été convenu ce qui suit :

Article 1er : Nature du contrat
Le présent contrat est conclu dans le cadre d'une prestation de formation ponctuelle réalisée par le Prestataire au bénéfice du Donneur d'ordre.

Article 2 : Objet du contrat
La formation, objet du contrat, est intitulée :

« Prévenir et se libérer du stress au travail »

Nature de l'action de formation (article L.6313-1 du Code du travail)

Les détails de la formation, objet du contrat, sont indiqués dans le programme de formation qui est fourni par le Donneur d'ordre par suite d'une concertation et validation par le Prestataire. Ce programme est joint en annexe au présent contrat.
Il précise l'intitulé, l'objectif et contenu de l'action, les moyens prévus, la durée et période de réalisation, les modalités de déroulement, de suivi et de sanction de l'action ; et pour les FOAD : l'assistance technique et pédagogique appropriée pour accompagner le bénéficiaire dans le déroulement de son parcours, l'information du bénéficiaire sur les activités pédagogiques à effectuer à distance et leur durée moyenne, les évaluations qui jalonnent ou concluent l'action de formation, conformément à la circulaire DGEFP N° 2011-26 du 15 novembre 2011.

L'action est organisée pour un effectif maximum de : ***12 personnes***
Durée en heures et/ou en jours de la session : **7 heures**
Période de réalisation : ***30 septembre 2025***
Horaires de formation : ***9h00 - 12h30 - 13h30 - 17h00***
Lieu de la formation : **CFP – 3 Pl. Sadi Carnot – 13002 Marseille (Salle Richelieu - 2ème étg)**
Client final bénéficiaire de la formation : ***Secrétariat Général des MEFSIN – Bureau SRH3B – APMP 13****(voir fiche de mission)*

Ces éléments sont à retrouver sur l'espace mission consultant de notre site internet :

Lien : https://erach-human-formations.online/index.php/missions-consultants/	Code Consultant	Mot de passe
LLORET Agnès	17	ssGle51V?cVDWqqF

Article 3 : Durée du contrat
Le présent contrat est strictement limité à la prestation de formation visée à l'article 2. Il cesse de plein droit à son terme.

Article 4 : Obligations du Prestataire
Le Prestataire s'engage à *:*
- le Prestataire s'engage également à remettre une attestation de vigilance URSSAF avant le début de la formation,

*- Respecter les modalités relatives à la qualité des formations – **Référentiel de Certification Qualiopi** - critères à retrouver sur notre site internet :*

https://erach-human-formations.online/index.php/ressources-consultants/	Mots de passe : DPW2t26en

- Respecter les modalités relatives au respect de la politique de confidentialité du donneur d'ordre (RGPD)
- Respecter et faire respecter le règlement intérieur applicable aux stagiaires,
- Respecter le cadre légal concernant les échanges avec les stagiaires (art. L6353-9 du Code du travail) notamment sur les sujets d'ordre politiques, religieux ou discriminatoires,
- Prévenir au plus tôt le Donneur d'ordre en cas d'impossibilité d'assurer la formation,
- Veiller à la notoriété et à la bonne image de l'organisme du Donneur d'ordre pendant sa prestation,
- Animer la formation dans le respect des objectifs de fin de formation définis aux articles 2 et 3.
Erach Human Formations est engagé dans une démarche de certification Qualiopi, nous demandons donc de bien vouloir respecter les critères du référentiel qui vous sont transmis en annexe ce contrat et de transmettre au donneur d'ordre les éléments et informations permettant de garantir ce respect (notamment son CV actualisé, les justificatifs des actions de formation ou de professionnalisation suivies...)
- Assurer la fourniture des moyens pédagogiques et techniques prévus au programme : projecteur, ordinateur, photocopies de supports, etc.
- Assurer l'évaluation des stagiaires à l'issue de l'action de formation, prévue au programme
- Remettre au Donneur d'ordre les feuilles d'émargement signées par ses soins et les stagiaires présents ; les questionnaires d'évaluation des acquis corrigés, si prévus au programme ; les questionnaires d'évaluation de la formation remplis ainsi que son bilan de fin de formation écrit, au plus tard 7 jours calendaires après la fin de la formation.
NB : Certains clients réclament les émargements de formation sous 48 heures, il sera donc dans ce cas de figure demandé au prestataire de faire et transmettre une photo ou un scan des émargements en fin de formation.

Article 5 : Obligations du Donneur d'ordre

Le Donneur d'ordre s'engage à *:*
- Confier au Prestataire la formation prévue à l'article 2,
- Transmettre les originaux des documents de suivi et d'évaluation au Prestataire afin qu'il puisse les faire remplir et signer,
- Transmettre au Prestataire une copie de la feuille d'émargement afin qu'il puisse remplir son Bilan Pédagogique et Financier plus facilement,
- Prévenir le Prestataire au plus tôt en cas d'annulation ou de report de la formation.

Article 6 : Non réalisation de la prestation de formation

Il est convenu entre les signataires du présent contrat, que faute de réalisation totale ou partielle de la prestation de formation, les cocontractants se remboursent mutuellement les éventuelles sommes indûment perçues de ce fait.

Article 7 : Modalités financières

Le Prestataire percevra une rémunération forfaitaire de :

- TVA non applicable, article 261-4-4°a du CGI : soit un montant net de taxes de ***450,00 € / jour*** (montant net de taxes de la formation car exonération du Prestataire au titre de la formation professionnelle continue)
- Dans le cadre de cette action les frais d'hôtel et de déplacement (Train) sont pris en charge par Erach Human Formations.
- Si le prestataire fait le choix d'utilisation de son véhicule personnel pour ses déplacements, le remboursement des frais d'essence et de péage sera effectué sur la base des données fournies par viamichelin.com
- Il est prévu une indemnisation forfaitaire au frais de Repas de 15 Euros / Jour sur une journée d'action de formation (au-delà de 50 km) ou 30 Euros / Jour pour un déplacement nécessitant de l'hôtel.

Article 8 : Dispositions diverses

- Le présent contrat ne crée entre les parties aucun lien de subordination, le Prestataire demeurant libre et responsable de la conception, de l'animation et de l'évaluation de la formation,
- Le Prestataire dispose d'une propriété intellectuelle et/ou artistique sur le contenu de sa formation.
- Le Donneur d'ordre s'engage à ne pas reproduire ni diffuser ce contenu sans l'accord du Prestataire.

Fait en double exemplaire à Montauban, le 16/09/25

Pour le Prestataire,
Agnès LLORET

Pour le Donneur d'ordre,
Baya FECIH – Responsable légale

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 AVENUE DU DANEMARK
82000 MONTAUBAN
SIRET 43006003800055

Présentiel – en continu – inter/intra

PREVENIR ET SE LIBERER DU STRESS AU TRAVAIL

PUBLICS : Tout public

PRE-REQUIS : aucun

OBJECTIFS/COMPETENCES VISEES

- Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail
- Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions
- Libérer les tensions générées par le stress
- Récupérer après un stress

PROFIL INTERVENANT :

Coach certifiée, Formatrice prévention des risques psychosociaux

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Les apports théoriques s'articulent en fonction des pratiques et vécus professionnels des agents
Nos techniques d'animation favorisent l'expression des participants (Expériences - retour d'expériences, connaissances, difficultés…) et s'articulent autour de mises en situation, exercices de relaxation, tests, simulations, jeux, films, plans d'actions individualisés, etc.

MOYENS MATERIEL ET TECHNIQUE

Salle dédiée, Vidéoprojecteur, paperboard et tout matériel spécifique au domaine d'activité

Durée	Dates/horaires et période de réalisation	Effectif
2 jours 14 heures	**Horaires** (*sauf demande spécifique*) : 8h30 12h00 - 13h30 17h00 **Dates Inter** : Accessible sur la page accueil du site internet http://www.erach-human-formations.fr et envoyées par mail aux clients et prospects toutes les 5 semaines **Dates Intra** : sur une période de 3 mois, détermination du planning en fonction des disponibilités et des contraintes (OF/Client)	Entre 5 et 12 personnes (maximum préconisé)

LIEU de FORMATION :

Session inter-entreprises : Centre Louis Ormières - Montauban
Conformité Accessibilité PMR – Handicapé)
Session intra-établissement : Sur site Client

TARIF *(selon formule choisie)* :

Session inter-entreprises : Nous consulter
Session intra-établissement : voir catalogue formation

Sanction / Modalités évaluation	Suivi exécution	Support
- Questionnaire appréciation - Vérifications connaissances acquises (écrit ou oral) - Attestation de fin de Formation	- Emargement par ½ journée - Questionnaire en début formation - Questionnaire en fin formation	1 livret remis à chaque participant

CONTENU DU PROGRAMME

Accueil / Prise de Contact
Présentation du programme - Recueil des attentes des participants

Appréhender les origines et les mécanismes du stress

- Définition du stress
- Les causes
- Les facteurs identifiés
- Les conséquences

Travail sur des situations professionnelles vécues et d'expressions en groupe

La connaissance de soi : Repérer ses signaux d'alarme

- Les identifier dans le monde du travail et dans la vie quotidienne
- Les exprimer

(La verbalisation participe en préambule à la mise en place de stratégies antistress)

- Les accepter et réagir en conséquence
- Les anticiper

Travail sur des situations professionnelles vécues et d'expressions individuels en groupe

Découvrir nos propres ressources face au stress

- Faire évoluer ses habitudes
- Inscrire la santé comme pratique quotidienne
- Devenir acteur de sa vie et savoir prendre sa santé en main
- Trouver son équilibre de vie

Identifier ses sources de stress

- Nos émotions
- Le manque de recul
- La relation corps-esprit
- Le manque de confiance en soi et/ou d'estime de soi
- Les différentes réactions en fonction des personnalités

Libérer les tensions

- Les techniques de respiration
- Les automassages
- La visualisation positive
- Les techniques de Jacobson, de Schultz…
- Expérimenter et s'approprier les techniques de relaxation et de détente

Méthodes et Moyens pédagogiques :
Exercices pratiques
Echanges sur les ressentis individuels de ces techniques afin de limiter le stress au travail

Transformer le stress destructeur en stress constructeur

- S'adapter aux contraintes de la vie quotidienne
- Développer de la flexibilité dans ses attitudes et comportements

Exemples :
Comprendre les mécanismes du changement afin de le vivre positivement et en être acteur
Savoir s'adapter à une situation d'urgence et la transformer en force d'actions

Méthodes et Moyens pédagogiques :
Exercices de relaxation en alternance avec apports théoriques
Mesure et validation des acquis

Synthèse des documents à nous transmettre à chaque fin de formation

*Attention, le règlement de votre facture dépend de la réception de **tous** ces documents*

- **Contrat** signé
- **Fiche de mission** signée avec **le tour de table** attentes stagiaires
- **Feuille d'émargement** signée par vos soins et stagiaires
- **Evaluations de fin de formation** des acquis corrigées
- **Fiches actions CT MT** (Court terme / Moyens Terme)
- **Fiches d'appréciation** stagiaires
- **Compte rendu Formateur** (version word « .doc »)
- **Support formation (Power Point…)**
- **Déroulé pédagogique complété** (A/ En cours , NA - avec justification)
- **Facture** de la session animée (avec Intitulé + Dates + Code Formation)
- **Jutificatifs frais déplacement** (avec Intitulé + Dates + Code Formation)

*Documents à envoyer via l'espace **Missions Consultants***

*du site **ERACH Human Formation***

afin d'éviter d'encombrer nos messageries respectives

V6 20250521

Code Formation : **2025-078E**

Attention, merci d'indiquer cette référence sur tous vos documents
Notamment vos factures, afin d'en faciliter le traitement

Agnès LLORET

Votre fiche de mission pour la FORMATION :

« Prévenir et se libérer du stress au travail »

Date(s) : 30 septembre 2025 -- **Horaires :** 9h00 - 12h30 - 13h30 - 17h00

Lieu : CFP – 3 Pl. Sadi Carnot – 13002 Marseille (Salle Richelieu - 2ème étg)

Contact : Ugo VALENTIN 04 91 99 91 59

Se présenter à l'accueil avec une pièce d'identité - pas de restauration collective sur place
Contacter M VALENTIN pour accès au bâtiment et obtenir le badge pour circuler
Paper Board et videoprojecteur dans la salle

Nom Établissement		Nom Prénom	TOUR DE TABLES – ATTENTES PARTICIPANTS
Secrétariat Général des MEFSIN – Bureau SRH3B – APMP 13	1	ABGRALL Aurélie	
	2	AGOSTINO Magali	
	3	BERRICHE Arida	
	4	BOUTET Catherine	
	5	DUFOUR David	
	6	GRAMUSSET Emilie	
	7	MARCAINI Laurence	
	8	MURATORIO Coline	
	9	OLIVIER Karine	
	10		
	11		
	12		

La mission que vous avez réalisée s'est faite dans le respect de la démarche de certification Qualiopi dans laquelle nous sommes engagés.
En vous remerciant de bien vouloir nous rendre cette fiche de mission signée avec l'ensemble des documents constitutifs de l'action de formation réalisée. (Émargements, Appréciations, Évaluations initiales et finales, exercices stagiaires corrigés…)

Signature Intervenant(e)

Code Formation : 2025-078E

INTRA

FEUILLE D'EMARGEMENT du : ……

Nous, ERACH HUMAN FORMATIONS demeurant à MONTAUBAN, représentée en son nom légal par Mme B FECIH, attestons par la présente de la réalité des informations portées ci-dessous à votre connaissance.

Date début : 30/09/2025 **Date fin :** 30/09/2025 **Toutes les dates :** 30 septembre 2025 **Durée par jour :** 7 Heures – **Durée totale** : 7 Heures **Lieu :** CFP – 3 Pl. Sadi Carnot – 13002 Marseille (Salle Richelieu - 2ème étg)	**Intitulé de la formation :** **Prévenir et se libérer du stress au travail** **Pour :** **Secrétariat Général des MEFSIN – Bureau SRH3B – APMP 13**

NOM ET PRENOM DU OU DES FORMATEURS	**SIGNATURE DU OU DES FORMATEURS (*)** *(*) Par ma signature, j'atteste par la présente avoir dispensé la formation ci-dessus nommée*	
	MATIN	APRES-MIDI
Agnès LLORET		

NOM ET PRENOM DES STAGIAIRES *(**) Par ma signature, j'atteste par la présente, accepter le règlement intérieur du lieu où je me trouve et avoir suivi la formation ci-dessus nommée*		**SIGNATURES** (**)	
		MATIN	APRES-MIDI
		9h00 - 12h30 - 13h30 - 17h00	
1	ABGRALL Aurélie		
2	AGOSTINO Magali		
3	BERRICHE Arida		
4	BOUTET Catherine		
5	DUFOUR David		
6	GRAMUSSET Emilie		
7	MARCAINI Laurence		
8	MURATORIO Coline		
9	OLIVIER Karine		
10			
11			
12			
	Nombre de participants		

FAIT POUR VALOIR CE QUE DE DROIT

CACHET ET SIGNATURE ORGANISME DE FORMATION

Le Client est informé des réglementations concernant la communication marketing, la loi du 21 Juin 2014 pour la confiance dans l'Économie Numérique, la Loi Informatique et Liberté du 06 Août 2004 ainsi que du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD : n° 2016-679)

Code Formation : 2025-078E

FICHE D'APPRECIATION DE LA FORMATION*

Vous avez bénéficié d'une formation organisée par ERACH HUMAN FORMATIONS. Pour nous aider à améliorer le contenu des formations proposées et répondre plus précisément à vos attentes, merci de prendre quelques minutes pour compléter cette d'évaluation.

Formation : Prévenir et se libérer du stress au travail

Animateur : Agnès LLORET **Date(s) :** 30 septembre 2025

Nom et prénom du stagiaire : .....

Fonction exercée : .....

Établissement : .....

E-mail : .....

	4 Très Bien	3 Bien	2 Moyen	1 Insatisfaisant
Organisation du stage				
La préparation administrative du stage (inscription, convocation)	☐	☐	☐	☐
L'accueil sur le lieu de stage	☐	☐	☐	☐
L'équipement (locaux, salles, …) mis à votre disposition	☐	☐	☐	☐
Le contenu du stage				
La qualité de l'animation	☐	☐	☐	☐
Le choix des outils pédagogiques utilisés	☐	☐	☐	☐
Documentation (Papier ou Dématérialisée) mise à disposition	☐	☐	☐	☐
La durée du stage (rapport contenu/durée)	☐	☐	☐	☐
L'atteinte des objectifs définis au programme	☐	☐	☐	☐
L'acquisition des connaissances théoriques et/ou pratique	☐	☐	☐	☐
L'utilité de ce stage au regard de votre fonction	☐	☐	☐	☐

Pourrez-vous mettre en application les acquis de la formation au sein de votre lieu de travail ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Partiellement

Qu'avez-vous pensé de cette formation ? .....

.....

.....

.....

Le cas échéant, quels seraient les points d'amélioration ? .....

.....

Recommanderiez-vous cette formation ? ☐ Oui ☐ Non ☐ Partiellement

Souhaitez-vous perfectionner vos connaissances suite à la formation ? ☐ Oui ☐ Non

J'autorise ERACH Formations à utiliser mes appréciations dans Sites / Blog… ☐ Oui ☐ Non

Je souhaiterai participer à d'autres actions de formation : ☐ Oui ☐ Non

Santé au Travail – Q.V.T. (Qualité de Vie au Travail)

- ☐ Risques Psychosociaux
- ☐ Gestion des conflits
- ☐ Gestion du stress
- ☐ Stress et TMS (Troubles Musculo Squelettiques)
- ☐ TMS
- ☐ Gestes et postures
- ☐ Travail sur écran

Sécurité au travail

- ☐ Habilitation électrique
- ☐ CACES
- ☐ Secourisme
- ☐ Incendie

☐ Autres thèmes – à préciser : .....

* Ce questionnaire intègre les 4 indicateurs définis par la circulaire DGEFP n°2011-26 du 15/11/11 et la réponse ministérielle publiée au JO du 29/03/11, page 3201

Evaluation - Fin de Formation - Stress

Chrono : 2025-078E

Formation : Prévenir et se libérer du stress au travail

Nom - Prénom : ..... **Date(s)** : **30 septembre 2025**

Objectifs Formation :

1.Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions.
2.Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress.
3. Récupérer après un stress.

Résultat :*Entre 7 et 10 : Acquis* ***Entre 5 et 6 : En phase d'acquisition*** ***Entre 0 et 5 : Non Acquis***

Séqu	Obj.	Question	Points
		1. Je peux définir le « Stress » comme : ☐ Un état de tension qui s'impose à moi sans contrôle possible ☐ Un état de tension interne participant de l'adaptation à mon environnement ☐ Un état qui est uniquement la conséquence de facteurs externes	
		2. Dans la zone de panique : ☐ Je ne dépasse pas encore mon seuil d'adaptation ☐ Il n'y a pas de déclenchement neuro -biologique ☐ J'éprouve une insécurité et des turbulences dépassant mon seuil de saturation	
		3. Que signifie SGA : ☐ Stimulation gênante a posteriori ☐ Syndrome général d'adaptation ☐ Stress génétiquement approprié	
		4. Remettre dans l'ordre chronologique les phases suivantes concernées par le SGA ☐ Phase d'épuisement ☐ Phase d'alarme ☐ Phase de résistance	
		5. Le stress est : ☐ Uniquement physique ☐ Une appréciation mentale confuse d'un seul déclencheur ☐ Une combinaison et convergence de facteurs internes et déclencheurs externes	
		6. L'état de pression : ☐ Ne s'exprime que vers les autres ☐ Ne se ressent qu'intérieurement ☐ Peut prendre des formes différentes selon notre vécu	
		7. Faire l'inventaire des facteurs de stress : ☐ N'est pas pertinent pour gérer les tensions ☐ Est une étape pour éliminer les sources de contraintes et frustrations inutiles ☐ N'a pas d'intérêt puisque cela restera subjectif	
		8. Pour gérer des priorités : ☐ Je me base surtout sur mon expérience et vécu ☐ Je prends en compte le rapport urgence et importance ☐ Seule l'urgence est le critère prépondérant	
		9. Existe-t-il plusieurs outils de gestion des tensions internes : ☐ Oui et c'est la convergence de plusieurs adaptés à soi qui amènera les meilleurs résultats ☐ Non, la seule réduction des facteurs de stress diminuera la pression de façon mécanique ☐ Probablement mais il n'y en a qu'un qui sera adapté à chacun	
		10. Les émotions : ☐ Ont un rôle mineur dans le déclenchement ☐ Représentent l'élément central de compréhension ☐ Doivent être neutralisées pour faciliter la gestion des tensions	
		Réponses à caractère confidentielles et non communicables **TOTAL**	**/ 10**

Observation Formateur : .....
.....
.....
.....

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame ABGRALL Aurélie

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame AGOSTINO Magali

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame BERRICHE Arida

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame BOUTET Catherine

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Monsieur DUFOUR David

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame GRAMUSSET Emilie

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame MARCAINI Laurence

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame MURATORIO Coline

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation : **2025-078E**

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

Madame OLIVIER Karine

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail

Date(s) : 30 septembre 2025

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Comprendre les origines et mécanismes du stress au travail. Se protéger et maîtriser les techniques pour libérer les tensions. Développer un nouveau comportement permettant de prévenir et gérer son stress. Récupérer après un stress.

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le 30/09/2025

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030

Code Formation :

ATTESTATION DE FIN DE FORMATION

Art L. 6353-1 du Code du Travail

Je soussignée, Madame Baya FECIH, représentant légal de l'organisme de formation ERACH HUMAN FORMATIONS au numéro de déclaration d'activité suivant 738 200 287 82, atteste que :

a suivi la formation :

Date(s) :

Pour une durée totale de : heures

Objectifs de la formation :

Type d'action de formation (Art. L.6313-1 du Code du travail) : action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances des travailleurs.

Résultats de l'évaluation des acquis : Validés

Observations : .....

.....

Signature Formateur :



Fait à Montauban, Le

ERACH HUMAN FORMATIONS
70 avenue du Danemark
82000 MONTAUBAN
Tél : 05 63 20 75 49 - Fax : 09 83 06 75 49
Siret : 430 060 038 00030