CONTRAT DE SOUS-TRAITANCE DE PRESTATION

Entre,
Erach Human Formations
8 imp. Ossip Zadkine
82000 MONTAUBAN
Immatriculée sous le SIRET : 430 060 038 000 71
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 - Niveau 1 »

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 : ***4 juin 2026***
Horaires de formation : ***9h00 - 12h30 - 13h30 - 17h00***
Lieu de la formation : **Centre des Finances Publiques – rue Slovénie à Poitiers (Salle 7)**
Client final bénéficiaire de la formation : ***Formation Spécialisée CSA FS SST 86*** *(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

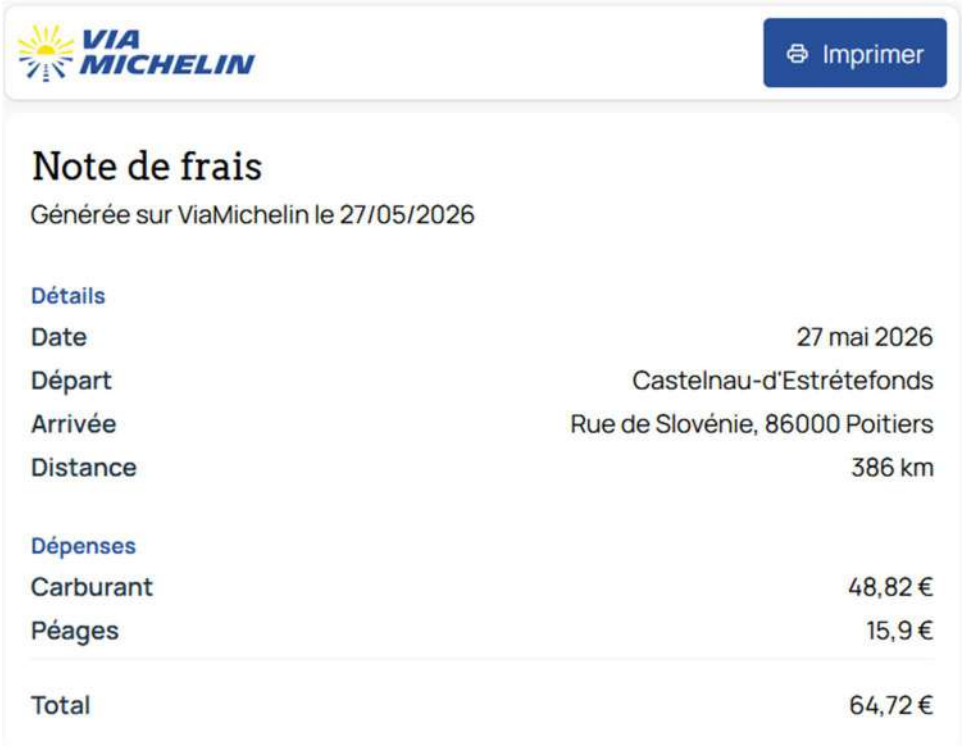
- Le présent contrat ne crée entre les parties aucun lien de subordination, le Prestataire demeurant libre et responsable de la conception, de l'animation et de l'évaluation de la formation,
- Le Prestataire dispose d'une propriété intellectuelle et/ou artistique sur le contenu de sa formation.
- Le 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 27/05/26

Pour le Prestataire,
Agnès LLORET

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

FRAIS DEPLACEMENT – AGNES LLORET



VIA MICHELIN

Imprimer

Note de frais

Générée sur ViaMichelin le 27/05/2026

Détails

Date	27 mai 2026
Départ	Castelnau-d'Estrétefonds
Arrivée	Rue de Slovénie, 86000 Poitiers
Distance	386 km

Dépenses

Carburant	48,82 €
Péages	15,9 €
Total	64,72 €

Soit un total de 129.44 €

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

PREVENIR ET SE LIBERER DU STRESS AU TRAVAIL
Niveau 1

Public : Tout public

Pre Requis Aucun

COMPETENCES VISÉES

L'apprenant sera en mesure de comprendre les mécanismes sources de stress, de mieux se connaitre et développer un nouveau comportement permettant de prévenir le stress au travail.

OBJECTIFS

- Comprendre les origines et mécanismes du stress
- Maîtriser les techniques pour libérer les tensions
- Libérer les tensions générées par le stress
- Récupérer après un stress important

INTERVENANTS

Formateurs - Coachs certifiés et ou Psychologue et ou Sophrologues spécialisés en stress et 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, simulations, 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
1 jour 7 heures	**Horaires** (*sauf demande spécifique*) : 9h00 12h30 - 13h30 17h00 **Dates Intra** : A définir	Entre 5 et 12 personnes (maximum préconisé)

LIEU de FORMATION : Sur Sites/ DDFIP

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

PREVENIR ET SE LIBERER DU STRESS - Niveau 1

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

Comprendre les origines et les mécanismes du stress
Définition du stress
- Les causes
- Les facteurs identifiés
- Le risque du stress professionnel
- Les conséquences

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

Stress et communication
Stress / Perte de la communication / Relations conflictuelles
Savoir écouter
L'attitude d'écoute
La reformulation

Exercices pratiques – Jeux de rôle - Mises en situation

La connaissance de soi
Repérer les premières manifestations du stress, 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 anticiper

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

Surmonter ses propres sources de stress au travail
Nos émotions
La relation corps-esprit
Prise du recul
Développer la confiance en soi

Les différentes réactions en fonction des personnalités
Résistance
Fuite
Adaptation

Tests Débriefing Collectif

Libérer les tensions
Hygiène de vie
Les techniques de respiration issues des outils de la sophrologie et cohérence cardiaque.
La visualisation positive
Les actions positives (rire, sport, lecture…)
Développer la confiance en soi
Exercices pratiques - Echanges sur les ressentis individuels de ces techniques afin de limiter le stress au travail.

Prévenir nos réactions face aux alertes donnés par le stress.
Savoir s'adapter à une situation d'urgence et la transformer en force d'action.
Développer de la flexibilité dans ses attitudes et comportements.
Comprendre les mécanismes du changement afin de le vivre positivement et en être acteur
S'adapter aux contraintes de la vie professionnelle au quotidien

Mises en situations et mesure des acquis

Code Formation : **2026-033A**

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 - Niveau 1 »

Date(s) : 4 juin 2026 -- **Horaires :** 9h00 - 12h30 - 13h30 - 17h00

Lieu : Centre des Finances Publiques – rue Slovénie à Poitiers (Salle 7)

Contact : Mme AUBERT Tél 06 13 02 55 54

Parking accessible

Vidéo projecteur et un paperboard dans la salle

Nom Établissement		Nom Prénom	TOUR DE TABLES – ATTENTES PARTICIPANTS
Formation Spécialisée CSA FS SST 86	1	ARBAOUI Virginie	
	2	BOURGOIN Magali	
	3	CHATELAS Mélanie	
	4	CHEVALIER Floriane	
	5	COUTHOUIS Sylvain	
	6	DIA Khar	
	7	MORISSE David	
	8		
	9		
	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 : 2026-033A

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 : 04/06/2026 **Date fin :** 04/06/2026 **Toutes les dates :** 4 juin 2026 **Durée par jour :** 7 Heures – **Durée totale** : 7 Heures **Lieu :** Centre des Finances Publiques – rue Slovénie à Poitiers (Salle 7)	**Intitulé de la formation :** **Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1** **Pour :** **Formation Spécialisée CSA FS SST 86**

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	ARBAOUI Virginie		
2	BOURGOIN Magali		
3	CHATELAS Mélanie		
4	CHEVALIER Floriane		
5	COUTHOUIS Sylvain		
6	DIA Khar		
7	MORISSE David		
8			
9			
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 : 2026-033A

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 - Niveau 1

Animateur : Agnès LLORET **Date(s) :** 4 juin 2026

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

Code Formation : **2026-033A**

Fiche Action court - moyen terme

Formation : Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Animateur(trice) : Agnès LLORET **Date(s) :** 4 juin 2026

Nom et prénom du participant : .....

Quelles sont les prises de conscience que je retiens ?

1. .....

   .....

2. .....

   .....

3. .....

   .....

Comment va se traduire cette prise de conscience dans ma pratique ?

1. Action à mettre en œuvre dans les 24 heures : .....

   .....

   .....

2. Action à mettre en œuvre dans la semaine prochaine : .....

   .....

   .....

3. Action à mettre en œuvre dans le mois prochain :

   .....

   .....

   .....

4. Dans l'année .....

   .....

   .....

Avec quel(s) mot(s) je repars ?

.....

.....

.....

Co-équipier(ière) .....

Evaluation - Fin de Formation - Stress

Chrono : 2026-033A

Formation : Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Nom - Prénom : ..... **Date(s)** : **4 juin 2026**

Objectifs Formation :

1. Découvrir ce qui me stresse quand je stresse.
3. Prendre conscience de ses ressources anti-stress.
4. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 : **2026-033A**

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 ARBAOUI Virginie

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026



Code Formation : **2026-033A**

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 BOURGOIN Magali

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026

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 : **2026-033A**

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 CHATELAS Mélanie

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026

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 : **2026-033A**

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 CHEVALIER Floriane

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026

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 : **2026-033A**

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 COUTHOUIS Sylvain

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026

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 : **2026-033A**

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 DIA Khar

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026



Code Formation : **2026-033A**

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 MORISSE David

a suivi la formation :

Prévenir et se libérer du stress au travail - Niveau 1

Date(s) : 4 juin 2026

Pour une durée totale de : 7 heures

Objectifs de la formation :
Découvrir ce qui me stresse quand je stresse. Prendre conscience de ses ressources anti-stress. Pratiquer des exercices de sophrologie.

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 04/06/2026

