MOVENDO

L'Institut de formation des syndicats



Offre de formation 2027

Offre de formation continue pour membres et militant-es
des syndicats, représentant-es du personnel et public intéressé

HELVETICA kapers NAUTILUS INTERNATIONAL Switzerland sev syndicom UNIA vpod ssp

MOVENDO

L'Institut de formation des syndicats

Impressum

Publication :	Movendo, l'Institut de formation des syndicats Monbijoustrasse 61, 3007 Berne, téléphone 058 218 00 00 www.movendo.ch
Design :	Iwan Raschle
Photo de couverture :	Yoshiko Kusano
Impression :	Stämpfli Publikationen AG, Berne
Tirage :	35 580 exemplaires
Date :	Octobre 2026

asa EDUQUA

Table des matières

Tes interlocuteurs – tes interlocutrices 4
Informations générales 5

Webinaires

online Offre de webinaires gratuits 6

Politique et économie

Qui gouverne en Suisse? Comprendre les enjeux politiques 7
La politique en direct, une journée au Palais fédéral 7
nouveau La Banque nationale suisse sous toutes ses coutures – découvrez la BNS 7
Le droit du travail international en direct, une journée à l'OIT 8
Comprendre le système économique et les enjeux politiques 8
Construire son argumentaire contre le populisme d'extrême-droite 8
ECO Changement climatique et transitions écologique et sociale 9
Une histoire populaire de Ste-Croix. Mise en perspective du mouvement syndical 9
Rivendicazioni sotterranee: L'organizzazione sindacale nel cantiere del 2° tubo del Gottardo 9

Droit et travail

Droit du travail : Code des obligations, Loi sur le travail, conventions collectives et contrats-types 10
asa Mes droits au travail 10
Devenir Suisse-sse! – Comprendre le processus de naturalisation 11
Droit des étranger-ères et droit d'asile : situation et perspectives 12
asa Introduction à la Loi sur la durée du travail pour les employé-es des transports publics 12

Communication

Augmenter son autonomie tout en valorisant l'interdépendance avec l'analyse transactionnelle 14
Mieux se comprendre et appréhender les défis professionnels 14
asa Les clés d'une communication efficace 14
La communication non verbale 15
Le langage des émotions au travail 15
La communication non violente 15
Gestion de conflits sur le lieu de travail 16
Savoir dire non sur son lieu de travail 16
Parler en public, les bases 17
Parler en public, mise en pratique 17

Organisation vie et travail, collaboration

Santé et sécurité au travail : les bases 18
asa Prendre soin de sa santé en tant que chauffeur-se 18
asa Horaires irréguliers : comment rester en forme ? 18
asa Gérer les agressions dans les services publics 20
Mobiliser nos ressources face aux défis professionnels 20
Le stress et le burn-out 20
Mobbing : le déceler et agir 21
La retraite, ça se prépare ! 21
Ma relation au changement : le gérer et y faire face 22
Gestion de son temps et de son organisation personnelle 22
nouveau Stéréotypes, remarques, moqueries, injures : comment (ré)agir ? 22
nouveau femmes Santé des femmes au travail : comprendre les inégalités pour mieux agir 23
femmes* Bas les pattes ! Autodéfense et prévention contre le harcèlement sexuel et le sexisme 23
nouveau femmes* Ce que chaque femme* devrait savoir sur ses droits au travail 24
femmes* Wen-Do, cours d'autodéfense pour femmes 24
femmes* S'affirmer au travail et dans la société 25
Concilier sa fonction de proche aidant-e et sa vie professionnelle 25
Des écrans partout ! Stratégie pour une protection numérique 26

Instruments de travail

La prise de décision agile 27
Argumenter avec pertinence et efficacité 27
Recruter des membres et renforcer le mouvement 27
Écrire sans faute 28
nouveau Les mathématiques pour tous les jours 28
Windows, les bases 29
Word, les bases 29
Le tableur Excel, les bases 29
Communication numérique sur les réseaux sociaux 30
IA au quotidien 30
Mon RH est une IA ! 30
Prise de note efficace et rédaction de P.V. 31

Sécurité sociale

Comprendre le fonctionnement de l'AVS 32
Comprendre le fonctionnement de la LPP 32
Comprendre le fonctionnement des assurances chômage et invalidité 32
Quels seront mes revenus quand je serai retraité-e ? 33
Retraite anticipée, quelles conséquences sur mes revenus ? 33
Planification de la retraite pour membres lusophones 34
nuovo Preparazione al pensionamento: con quale rendita posso fare i conti nella nuova fase della vita? 34

Représentation dans les institutions de prévoyance – ARPIP

Cycle ARPIP 2026/2027 – Expertise actuarielle d'une institution de prévoyance 35
Cycle ARPIP 2026/2027 – Contrôle et surveillance 36
Cycle ARPIP 2026/2027 – L'allocation stratégique de placement 36
Cycle ARPIP 2026/2027 – Politique de placements en capitaux, exercice des droits de vote des actionnaires 37
Cycle ARPIP 2026/2027 – Processus de liquidations, partielles ou totales, des caisses de pension 37

Représentation du personnel

Cours de base pour délégué-es syndicaux-ales 38
Cours de perfectionnement pour délégué-es syndicaux-ales 38
Cours de base pour membres de commissions du personnel 38
Cours de perfectionnement pour membres de commissions du personnel 39
Bien négocier pour soi et ses collègues 40
Lire et comprendre les comptes d'entreprises 40
Journée d'étude sur le partenariat social 40

Formation continue pour tout le monde !

Avec l'Institut de formation Movendo, ton syndicat soutient la revendication centrale « Formation continue pour tout le monde ! » et prend en charge, pour les personnes membres, les frais d'au moins un cours par an.

Se former, c'est aussi renforcer notre capacité collective à agir : chaque cours suivi contribue à consolider les compétences syndicales et le pouvoir d'agir de chaque personne sur le terrain.

Le programme de cours est régulièrement actualisé sur www.movendo.ch. Nous te conseillons volontiers aussi par téléphone ou par e-mail.



Nous nous réjouissons de ton inscription !

Ton Team Movendo (de gauche à droite, de haut en bas) :
Vincent Vernez, Hiner Issa, Silvia Imhof, Maurizio Maggetti-Waser, Patricia Matus, Fiora Pedrina, Vivian Bologna, Anna Pfister, Doris Häberli, Valérie Solano, Magali Ecrepont

Les coordonnées de tes personnes de contact se trouvent ici :

Pour toute information générale, tu peux contacter notre secrétariat au 058 218 00 00 ou à info@movendo.ch

Informations générales

Movendo propose une offre de formation continue liée au monde du travail. La plupart des cours sont ouverts à toute personne intéressée ; certains sont conçus spécialement pour les membres de syndicats occupant une fonction spécifique, par exemple celle de membre d'une commission du personnel.

Inscription	– Téléphone : 058 218 00 00 – E-mail : info@movendo.ch – Internet : www.movendo.ch – Courrier : talon d'inscription en dernière page
Frais	**Les frais relatifs à chaque formation se trouvent sur notre site internet.** Pour les membres, les frais (cours, alimentation, nuitée éventuelle) d'au moins une formation par année sont pris en charge par le syndicat d'affiliation. **La décision relative à la prise en charge des frais incombe au syndicat concerné.** À réception de ton inscription, nous nous occupons des questions relatives aux frais et t'informons des conditions auxquelles tu peux participer à la formation choisie. Dans tous les cas, les membres peuvent suivre d'autres formations à un tarif spécial. Les webinaires sont gratuits.
Frais de cours 0 % TVA comprise	Les supports de cours sont compris dans les frais de cours.
Frais d'alimentation 8,1 % TVA comprise	Les frais d'alimentation comprennent le forfait du lieu de cours, les repas de midi, y compris l'eau, le café, le thé, les collations pendant les pauses ainsi que l'eau dans la salle.
Frais de nuitée 3,8 % TVA comprise	Pour les cours portant le numéro F2 ou B2, les frais de nuitée (avec souper et petit-déjeuner) sont calculés sur la base d'une chambre double. Le supplément pour une chambre individuelle n'est pas pris en charge par les syndicats et doit être payé sur place à la réception de l'hôtel. Pour les cours portant le numéro F1, les frais de nuitée sont calculés sur la base d'une chambre individuelle et sont pris en charge par les syndicats.
Correspondance	**Sauf avis contraire, la correspondance se fait par e-mail.** Les participant-es reçoivent une confirmation d'inscription comprenant les informations les plus importantes, notamment concernant la prise en charge des frais. Une invitation détaillée te parviendra au plus tard 10 jours avant le cours.
Suppression d'un cours	Si, exceptionnellement, un cours ne pouvait avoir lieu, les participant-es en seront informé-es au plus tard 3 semaines avant son échéance.
Clôture des inscriptions	Elle a lieu 4 semaines avant la date du cours. Des inscriptions de dernière minute sont prises en considération en fonction des places disponibles.
Annulation	Pour toute annulation nous parvenant moins de 10 jours avant la date du cours, la facturation restera effective. Les syndicats en seront informés. Pour plus de détails, tu peux te référer aux conditions générales de participation. **Attention :** certains syndicats se réservent le droit de te refacturer ces frais en cas d'annulation hors délais et/ou d'absence aux cours.
Liste d'attente	Si un cours est complet, les personnes supplémentaires sont mises en liste d'attente. Nous te prions de nous informer rapidement si la date de cours ne devait plus te convenir.
Cours asa	Les cours avec le symbole asa sont reconnus comme formation continue OACP pour les chauffeur-ses professionnel-les. En cas de cours sur plusieurs jours sur une même thématique, **seule la première journée de cours** peut être comptabilisée comme formation continue OACP.
Protection des données	Movendo traite les données personnelles des participant-es conformément à sa déclaration de protection des données. Tu peux consulter cette déclaration sur www.movendo.ch ou la commander auprès de notre secrétariat.



online

Webinaires live – Compacts, actuels et interactifs

Nos webinaires sont une manière idéale de se familiariser facilement avec les thèmes politiques et syndicaux. Dans ces ateliers en ligne interactifs, nous abordons des questions d'actualité et transmettons des connaissances pratiques – de façon concise et en peu de temps.

Retrouve nos webinaires actuels sur notre site :

La participation est ouverte et gratuite pour toute personne intéressée en plus des cours du programme.

Plusieurs webinaires seront proposés tout au long de l'année.
Informations et inscriptions sur **www.movendo.ch**

Qui gouverne en Suisse ? Comprendre les enjeux politiques

Ce cours permet de mieux comprendre, sur la base des thèmes de l'actualité, le fonctionnement de la démocratie suisse, de mettre en lumière les positions syndicales et d'expliquer les possibilités d'agir au niveau politique.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Jean Christophe Schwaab (Juriste et ancien conseiller national)	
Cours Réf. F2.1.2701	2 jours Je 2.9.2027 – Ve 3.9.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

La politique en direct, une journée au Palais fédéral

Cette journée permet de découvrir les coulisses de la politique et de vivre en direct le fonctionnement du parlement. Nous assisterons aux débats depuis la tribune publique. Tu auras la possibilité de rencontrer des parlementaires pour dialoguer avec eux/elles. L'après-midi sera consacré aux thèmes d'actualité politique et syndicale.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenants	Vivian Bologna (Movendo), Pierre-Yves Maillard (Président USS et Movendo), Reto Wyss (USS)	
Cours Réf. F2.1.2702	1 jour Je 3.6.2027	Berne, Hôtel Berne
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

nouveau La Banque nationale suisse sous toutes ses coutures – découvrez la BNS

On parle beaucoup de la Banque nationale suisse, mais on connaît très peu son fonctionnement. Nous allons mieux le comprendre de manière ludique avec la visite de l'exposition Moneyverse. Grâce au regard de Cédric Tille, professeur d'économie qui a siégé au Conseil de Banque de la BNS, nous approcherons le processus de l'intérieur. Enfin, pour clore la formation nous connaîtrons le point de vue syndical sur le fonctionnement de la BNS avec le président de l'USS Pierre-Yves Maillard.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenants	Vivian Bologna (Movendo), Pierre-Yves Maillard (Président USS et Movendo), Cédric Tille (Professeur d'économie)	
Cours Réf. F2.1.2707	1 jour Je 18.2.2027	Berne, Hôtel Berne
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Le droit du travail international en direct, une journée à l'OIT

Dans le cadre de l'OIT (Organisation mondiale du travail), les représentant-es des gouvernements, des syndicats et des employeurs négocient des conventions et des recommandations internationales du travail. Lors de cette visite nous découvrirons comment fonctionne le processus, qui sont les parties prenantes et quels sont les principaux thèmes actuels. L'après-midi sera consacré à des présentations autour de la liberté syndicale, de l'égalité de rémunération et des relations européennes.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenants	Remo Becci (BIT/ILO), Vivian Bologna (Movendo)	
Cours Réf. F2.1.2706	1 jour Me 19.5.2027	Genève, OIT et ONU
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Comprendre le système économique et les enjeux politiques

L'économie conditionne notre quotidien. Pour appartenir pleinement au monde d'aujourd'hui, il faut non seulement comprendre comment le système économique fonctionne, mais aussi apprendre à utiliser tous les outils disponibles – et en forger parfois de nouveaux – afin de défendre efficacement les travailleurs et travailleuses d'ici et d'ailleurs.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Sophie de Rivaz (Formatrice en économie et développement durable)	
Cours Réf. F2.1.2703	2 jours Je 22.4.2027 – Ve 23.4.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Construire son argumentaire contre le populisme d'extrême-droite

La montée du populisme d'extrême-droite dans de nombreuses sociétés est un sujet préoccupant. Pour contrer cette tendance, il est essentiel de comprendre les mécanismes sous-jacents utilisés par les extrémistes populistes de droite pour gagner en popularité et influencer les masses. Cette formation vise à fournir aux participant-es une analyse des tactiques du populisme d'extrême-droite et à les outiller pour construire des argumentaires solides visant à défendre les valeurs démocratiques et syndicales.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Olivier Tilleux (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F2.1.2704	2 jours Ma 21.9.2027 – Me 22.9.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

ECO Changement climatique et transitions écologique et sociale

Face aux effets du changement climatique sur l'environnement, l'économie et l'emploi, cette formation aborde les conditions de travail et les stratégies syndicales pour accompagner les travailleuses et travailleurs dans les transitions écologiques et sociales.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Lucile Grandjean (Unia)	
Cours Réf. F2.1.2705	2 jours Ma 15.6.2027 – Me 16.6.2027	Montezillon, l'Aubier
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Une histoire populaire de Ste-Croix. Mise en perspective du mouvement syndical

À Ste-Croix comme ailleurs en Suisse, les avancées sociales sont le fruit de luttes collectives. Ce cours bilingue explore l'histoire populaire locale : luttes ouvrières, exode rural et innovations syndicales. Visites et ateliers offrent une approche dynamique de cette histoire, essentielle pour comprendre les acquis sociaux et imaginer collectivement l'avenir.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenantes	Fiora Pedrina (Movendo), Valérie Solano (Movendo)	
Cours Réf. B2.1.2702	2 jours 24.6.2027 – 25.6.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Rivendicazioni sotterranee: L'organizzazione sindacale nel cantiere del 2° tubo del Gottardo

Nei prossimi dieci anni verrà costruita un'altra galleria attraverso il Gottardo, in gran parte da lavoratori stranieri. Durante la visita al cantiere scopriremo le sfide dei minatori e come si organizzano sindacalmente. Insieme svilupperemo strategie applicabili anche ad altri settori lavorativi.

Pubblico destinatario	Membri e persone interessate	
Relatori-trici	Gianluca Bianchi (Unia), Fiora Pedrina (Movendo)	
Corso Rif. B2.1.2701	2 giorni Gio 2.9.2027 – Ven 3.9.2027	Regione di Airolo
Membri	Gratuito (vedi pagina 5)	
Non membri	Costo del corso: CHF 820.–. Spese di vitto e alloggio escluse.	
Nota	Questo corso si svolge in simultanea in italiano e in tedesco. In alcune sequenze del corso ci si muoverà a piedi. Se hai bisogno di assistenza per la mobilità o hai delle domande, contattaci in anticipo.	

Droit du travail : Code des obligations, Loi sur le travail, conventions collectives et contrats-types

Dans le secteur privé, le Code des obligations (CO), titre dixième, et la Loi sur le travail (LTr) sont les deux lois principales qui fixent le cadre général de la réglementation des rapports de travail. Les conventions collectives et les contrats-types complètent ce cadre. Ce cours montrera les liens entre ces différentes sources et permettra de déterminer avec méthode les règles applicables dans chaque situation concrète ainsi que les moyens de les mettre en œuvre efficacement.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Christian Bruchez (Avocat et spécialiste en droit du travail)	
Cours Réf. F2.2.2701	2 jours Lu 3.5.2027 – Ma 4.5.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Cette formation concerne la réglementation du droit du travail dans le secteur privé soumis notamment au CO et à la LTr. Les employé-es des services publics bénéficient d'une législation spécifique qui n'est pas traitée dans ce cours.	

asa Mes droits au travail

Quels sont nos droits au travail ? En s'appuyant sur des situations réelles, ce cours y répondra. Il permettra également de déterminer quand faire appel au syndicat.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Virginie Ribaux (Juriste)	
Cours Réf. F2.2.2702	1 jour Me 26.5.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Devenir Suisse-sse !
Comprendre le processus de naturalisation

Quelles sont les étapes à franchir pour l'obtention du passeport suisse ? Cette formation présente les procédures de naturalisation ainsi que les obligations à remplir pour les candidat-es à l'obtention du passeport à croix blanche.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant-es	Brigitte Gonzalez-Ostos (Formatrice et accompagnatrice en naturalisation), Douglas Gonzalez (Accompagnateur en naturalisation)	
Cours Réf. F2.2.2705	1 jour Me 17.3.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Ecole syndicale suisse

ASSOCIATION DE SOUTIEN

L'Association soutient la Fondation Ecole syndicale suisse par ses contributions.

Adhérez à l'Association de soutien ! En contribuant à la formation, vous renforcez l'avenir du mouvement syndical !



Association de soutien
de l'Ecole syndicale suisse
Movendo | Monbijoustr. 61 | CH-3007 Berne
T +41 58 218 00 00
www.foerderverein-gss.ch/fr/
www.movendo.ch | info@movendo.ch

Droit des étranger-ères et droit d'asile : situation et perspectives

Les droits des étranger-ères en Suisse se caractérisent par un système dual en matière d'autorisation de main-d'œuvre étrangère : la libre circulation s'applique aux ressortissant-es de l'UE/AELE et la Loi sur les étrangers et l'intégration (LEI) aux ressortissant-es d'États tiers. La Loi sur l'asile (LAsi) prévoit, quant à elle, d'autres dispositions. Ce cours te permettra de comprendre les conséquences concrètes de la politique migratoire actuelle pour les personnes concernées.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenantes	Aude Martenot (ODAE, Observatoire romand du droit d'asile et des étranger-ères), Marie Saulnier Bloch (Unia)	
Cours Réf. F2.2.2704	2 jours Je 4.11.2027 – Ve 5.11.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

asa Introduction à la Loi sur la durée du travail pour les employé-es des transports publics

La Loi sur la durée du travail (LDT) a été conçue spécialement pour les employé-es des transports publics où elle remplace la Loi sur le travail (LTr) valable dans la plupart des autres secteurs. Ce cours donne un aperçu des réglementations les plus importantes de la LDT.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée Employé-es des chemins de fer, des transports publics, des compagnies de navigation et remontées mécaniques soumis-es à une concession fédérale	
Intervenants	Jean-Pierre Etique (SEV), René Zürcher (SEV)	
Cours Réf. F2.2.2703	1 jour Je 29.4.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Formation continue OACP reconnue par l'asa pour les chauffeur-ses professionnel-les	

Penser à demain de manière plus détendue avec nos solutions de prévoyance.

Avantage pour les membres de l'USS

25 %*

de réduction sur une planification de la retraite.

Épargne classique avec le compte de prévoyance 3 ou investissement à long terme avec des opportunités de rendement supplémentaires: optez pour une prévoyance simple et flexible tout en réalisant des économies d'impôts. cler.ch/prevoyance

Il est temps de parler d'argent.

Bank
Banque
Banca
CLER

* Le rabais est applicable si vous détenez chez nous des titres pour au moins 50'000 CHF ou une hypothèque.

Augmenter son autonomie tout en valorisant l'interdépendance avec l'analyse transactionnelle

Les principes de l'analyse transactionnelle reposent sur les comportements observables. Comment les déchiffrer, les analyser pour évoluer et mieux communiquer, tel sera l'objet de cette formation.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Valérie Cionca (Formatrice d'adultes et analyste transactionnelle)	
Cours Réf. F2.4.2701 Réf. F2.4.2702	2 jours Lu 22.2.2027 – Ma 23.2.2027 Je 22.4.2027 – Ve 23.4.2027	 Muntelier-Morat, Centre Loewenberg Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Mieux se comprendre et appréhender les défis professionnels

Mieux se comprendre et comprendre les autres grâce à des modèles pratiques et une analyse de sa personnalité, de ses points forts et d'effort pour une meilleure collaboration, communication et répartition des tâches. Voilà ce que propose cette formation qui te permettra d'être plus serein-e face aux défis professionnels de demain.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.4.2703	2 jours Lu 12.4.2027 – Ma 13.4.2027	 Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

asa Les clés d'une communication efficace

Comprendre les éléments constitutifs tant de la communication verbale que non verbale, tel est l'objectif de ce cours. Divers outils de communication seront présentés, tu auras l'occasion de les exercer et de développer ton propre style de communication.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Olivier Tilleux (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F2.4.2704	2 jours Ma 30.3.2027 – Me 31.3.2027	 Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Formation continue OACP reconnue par l'asa pour les chauffeur-ses professionnel-les (reconnaissance OACP : 1 jour)	

La communication non verbale

Si nous sommes conscient-es de l'importance des mots en matière de communication, nous avons tendance à sous-estimer celle du langage non verbal qui occupe pourtant une place prépondérante. Ce cours te permettra d'être plus attentif-ve à ce langage, de le décrypter, de te rendre compte de l'utilisation que tu en fais.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Christophe Béguin (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F2.4.2705	2 jours Lu 22.3.2027 – Ma 23.3.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Les outils de ce cours sont issus du théâtre.	

Le langage des émotions au travail

Communiquer avec clarté et justesse implique de savoir identifier ses émotions, d'en comprendre les fonctions et de prendre en compte celles de son interlocuteur ou de son interlocutrice. Cette formation propose d'explorer la dimension émotionnelle de la communication, souvent sous-estimée, afin d'en faire un véritable levier relationnel.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.4.2706 Réf. F2.4.2707	2 jours Lu 15.2.2027 – Ma 16.2.2027 Lu 25.10.2027 – Ma 26.10.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

La communication non violente

S'exprimer calmement ou ne pas se sentir agressé-e par l'autre n'est pas toujours aisé. Nous avons parfois de la difficulté à nous faire entendre et à nous comprendre. Durant ces deux journées, nous prendrons le temps de comprendre l'origine de la violence, pour faire place au plaisir d'un dialogue franc et authentique, dans le respect de soi et de l'autre.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Elisabeth Rebourg (Formatrice en santé au travail et coach)	
Cours Réf. F2.4.2708 Réf. F2.4.2709	2 jours Je 20.5.2027 – Ve 21.5.2027 Je 21.10.2027 – Ve 22.10.2027	Lutry, Hôtel Rivage Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Gestion de conflits sur le lieu de travail

Toute situation de collaboration peut connaître des difficultés. Si les conflits interpersonnels offrent parfois une opportunité de dialogue et de changement, ils rendent les relations de travail très difficiles, voire impossibles lorsqu'ils sont mal gérés. Ce cours te permettra d'aborder plus sereinement toute situation problématique en t'impliquant pour une issue favorable.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Hervine Siegwart (Formatrice et médiatrice)	
Cours	2 jours	
Réf. F2.4.2710	Lu 15.3.2027 – Ma 16.3.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Réf. F2.4.2711	Je 17.6.2027 – Ve 18.6.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Savoir dire non sur son lieu de travail

Qui ne s'est jamais dit « Ah ! J'aurais mieux fait de dire non ! » ? Nous voulons faire plaisir, avons peur des réactions, ne nous exprimons pas clairement et avec authenticité et cela n'est bon pour personne. Cette formation permettra d'aborder les mécanismes qui nous empêchent de dire non et proposera des pistes et des outils pratiques pour s'affirmer sans crainte et avec assurance.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours	2 jours	
Réf. F2.4.2713	Je 18.2.2027 – Ve 19.2.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Parler en public, les bases

Tu souhaites améliorer tes prises de parole en public ? Cette journée t'aidera à prendre soin de ta préparation, à parfaire tes méthodes d'expression, à veiller à ton comportement et à dépasser ton trac.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Olivier Tilleux (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F2.4.2714	1 jour Lu 21.6.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Parler en public, mise en pratique

Nous sommes appelé-es à intervenir rapidement sur divers sujets abordés, que ce soit à la maison, dans le bus, à la cafétéria de l'entreprise ou en tout autre lieu. Il s'agit aussi parfois de répondre à des attaques verbales. Ce cours permettra de présenter oralement de manière structurée et argumentée sa position sur un thème donné et de s'exprimer de manière convaincante devant un auditoire.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Prérequis	Avoir suivi « Parler en public, les bases »	
Intervenant	Olivier Tilleux (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F2.4.2712	2 jours Me 28.4.2027 – Je 29.4.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Santé et sécurité au travail : les bases

Notre santé est un élément clé dans le bien-être tant professionnel que personnel et il est important d'en prendre soin. Connaître les bases légales en vigueur en ce qui concerne notre place de travail, les risques encourus, les liens entre catégories professionnelles et santé est un premier pas pour agir à bon escient.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Rafaël Weissbrodt (Psychologue du travail et ergonome)	
Cours Réf. F2.5.2701	2 jours Lu 25.10.2027 – Ma 26.10.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

asa Prendre soin de sa santé en tant que chauffeur-se

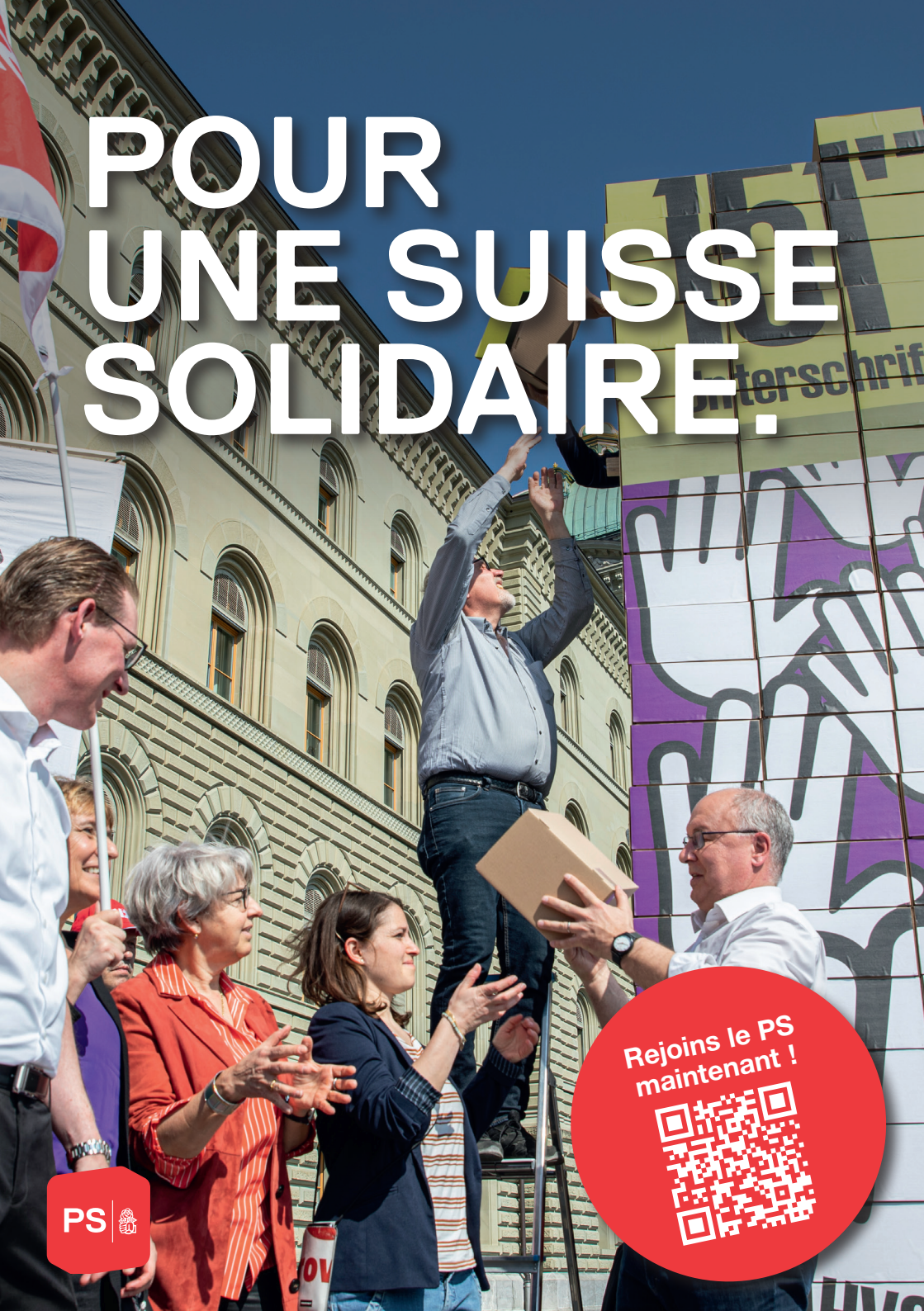
Le métier de chauffeur ou chauffeuse n'est pas de tout repos et les responsabilités sont importantes. Savoir comment prendre soin de sa santé pour l'exercer au mieux est essentiel.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Anouck Luini Macchi (Formatrice d'adultes et spécialiste en promotion de la santé)	
Cours Réf. F2.5.2703	1 jour Je 20.5.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Formation continue OACP reconnue par l'asa pour les chauffeur-ses professionnel-les	

asa Horaires irréguliers : comment rester en forme ?

Les horaires de travail irréguliers peuvent avoir des répercussions négatives sur notre santé. Pour en limiter les effets, les entreprises doivent respecter les fondements légaux en la matière. Les travailleurs et travailleuses peuvent aussi se protéger par des comportements appropriés. Ce cours mettra en évidence les liens entre rythme biologique, alimentation, sommeil, organisation du travail et prestations personnelles. Il donnera des pistes pour optimiser leur équilibre.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Anouck Luini Macchi (Formatrice d'adultes et spécialiste en promotion de la santé)	
Cours Réf. F2.5.2704	1 jour Ma 2.11.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Formation continue OACP reconnue par l'asa pour les chauffeur-ses professionnel-les	


POUR
UNE SUISSE
SOLIDAIRE.
Rejoins le PS
maintenant !
PS

asa Gérer les agressions dans les services publics

Les personnes travaillant dans les services publics sont parfois confrontées à des comportements agressifs. Ces situations engendrent crainte, insécurité et frustration. Il convient de les déceler rapidement pour mieux y réagir.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Dominique Barras (Formatrice d'adultes et médiatrice)	
Cours Réf. F2.5.2709	2 jours Je 14.10.2027 – Ve 15.10.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Formation continue OACP reconnue par l'asa pour les chauffeur-ses professionnel-les (reconnaissance OACP : 1 jour)	

Mobiliser nos ressources face aux défis professionnels

Le monde du travail évolue rapidement et peut nous confronter à des situations exigeantes : surcharge, changements organisationnels, conflits ou incertitudes. Certaines relèvent de la sphère privée, d'autres trouvent leur origine dans l'organisation du travail. Cette formation permet de mieux comprendre les réactions face au stress, d'identifier les ressources personnelles et collectives – collègues, représentant-es du personnel, syndicat – et de développer des stratégies concrètes pour préserver sa santé et renforcer son pouvoir d'agir. À travers des apports scientifiques, des échanges et des exercices pratiques, les participant-es acquerront des outils directement mobilisables au quotidien.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.5.2702	2 jours Je 23.9.2027 – Ve 24.9.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Le stress et le burn-out

Le stress et le burn-out se développent souvent à notre insu. Pouvoir déceler les signes avant-coureurs et les mécanismes de ces maux, savoir les différencier et établir une prévention, tels sont les buts de ce cours.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Elisabeth Rebourg (Formatrice en santé au travail et coach)	
Cours Réf. F2.5.2708	2 jours Je 29.4.2027 – Ve 30.4.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Mobbing : le déceler et agir

Qu'est-ce que le mobbing ? Quelles sont les autres formes de harcèlement psychologique et comment identifier les risques psychosociaux en entreprise ? Cette formation orientée vers la compréhension et la différenciation de ces concepts te permettra de diagnostiquer correctement une situation de crise et d'en sortir en proposant des solutions.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenantes	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue), Cécile Pache (Juriste et médiatrice)	
Cours Réf. F2.5.2725	2 jours Je 28.10.2027 – Ve 29.10.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

La retraite, ça se prépare !

Ce cours permettra d'aborder les éléments nécessaires à une bonne préparation à la retraite. Il traitera du changement, de la formulation de projets, de l'hygiène de vie, des modifications au niveau des revenus.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant-es	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue), Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales)	
Cours	2 jours	
Réf. F2.5.2715	Lu 1.2.2027 – Ma 2.2.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Réf. F2.5.2714	Je 11.2.2027 – Ve 12.2.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Réf. F2.5.2717	Lu 15.3.2027 – Ma 16.3.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Réf. F2.5.2718	Lu 26.4.2027 – Ma 27.4.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Réf. F2.5.2716	Lu 24.5.2027 – Ma 25.5.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Réf. F2.5.2719	Lu 7.6.2027 – Ma 8.6.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Réf. F2.5.2720	Je 21.10.2027 – Ve 22.10.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Réf. F2.5.2721	Je 11.11.2027 – Ve 12.11.2027	Lavey, Grand Hôtel des Bains
Réf. F2.5.2722	Lu 6.12.2027 – Ma 7.12.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Pour une préparation efficace de sa retraite, ce cours peut être suivi dès 55 ans. Frais de cours pour les conjoint-es non syndiqué-es : CHF 320.– + frais d'alimentation et de nuitée.	

Ma relation au changement : le gérer et y faire face

Notre vie est ponctuée de changements. Qu'ils soient d'ordre professionnel ou personnel, ils peuvent être source de stress et de déstabilisation. Cette formation permet de mieux comprendre les mécanismes du changement, d'en appréhender les enjeux et de développer des stratégies concrètes pour y faire face. Grâce à des outils pratiques et directement applicables, tu renforceras ta capacité d'adaptation, avec un focus particulier sur les changements en milieu professionnel.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.5.2705 Réf. F2.5.2706	2 jours Lu 8.3.2027 – Ma 9.3.2027 Je 16.9.2027 – Ve 17.9.2027	 Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Gestion de son temps et de son organisation personnelle

Notre bien-être et un bon équilibre entre vie privée et professionnelle passent par une bonne organisation et une gestion efficace de son temps. Cette formation aide à mieux savoir répartir les tâches en fonction des priorités, à fixer des objectifs clairs et réalisables, à déceler les « mangeurs de temps » et à les maîtriser.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.5.2707	2 jours Je 20.5.2027 – Ve 21.5.2027	 Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

nouveau Stéréotypes, remarques, moqueries, injures : comment (ré)agir ?

Cette formation a pour objectif de saisir les mécanismes qui sous-tendent les stéréotypes, remarques, moqueries ou injures, puis d'identifier des pistes d'action à court et à long terme. À partir d'un dispositif interactif et de situations concrètes, les participant-es apprendront à distinguer préjugés, discriminations et violences, afin d'activer des modalités de réaction à chaud et à froid. Les leviers proposés mobiliseront les niveaux individuel, collectif et institutionnel.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Caroline Dayer (Experte en prévention des violences et discriminations)	
Cours Réf. F2.5.2712	1 jour Ma 25.5.2027	 Lausanne, Espace Dickens
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

nouveau femmes Santé des femmes au travail : comprendre les inégalités pour mieux agir

Les femmes sont confrontées à des enjeux de santé spécifiques encore insuffisamment pris en compte, notamment dans le monde du travail. Règles, endométriose, grossesse ou ménopause ont des effets concrets sur la vie professionnelle et les conditions de travail. Cette journée propose de mieux comprendre ces réalités, leurs conséquences et les moyens d'agir. Après une introduction générale le matin, trois ateliers permettront l'après-midi d'approfondir différents thèmes, d'échanger des expériences et d'identifier de bonnes pratiques.

Public cible	Femmes membres et intéressées	
Intervenante	Marlyse Debergh (Experte en santé sexuelle et reproductive)	
Cours Réf. F2.5.2724	1 jour Sa 17.4.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

femmes* Bas les pattes ! Autodéfense et prévention contre le harcèlement sexuel et le sexisme

Cette formation vise à renforcer les capacités individuelles et collectives pour faire face au harcèlement sexuel et au sexisme. Elle combine des apports juridiques, des outils pratiques d'autodéfense et une réflexion sur les leviers d'action syndicale. Tu apprendras à identifier les situations de harcèlement, à distinguer clairement ce qui relève de comportements déplacés et à réagir de manière affirmée. Le cours aborde également les stratégies à adopter en tant que témoin, ainsi que les moyens de mobilisation dans le cadre syndical : campagnes de prévention, mise en place de dispositifs dans les entreprises, et actions collectives. La formation travaille sur l'analyse de cas concrets, permettant l'échange.

Public cible	Femmes* cis et trans ainsi que toutes les personnes intersexes, non-binaires membres et intéressé-e-x-s	
Intervenantes	Vanessa Monney (Secrétaire syndicale), Valérie Solano (Movendo)	
Cours Réf. F2.5.2727	2 jours Lu 6.9.2027 – Ma 7.9.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

nouveau femmes* Ce que chaque femme* devrait savoir sur ses droits au travail

Les femmes* vivent des réalités qui se traduisent par des droits spécifiques dans le monde du travail : que ce soit en lien avec la maternité, les menstruations ou les inégalités salariales, le panel est vaste. Dans ce cours, elles connaîtront leurs droits ainsi que les ressources pour les défendre.

Public cible	Femmes* cis et trans ainsi que toutes les personnes intersexes, non-binaires membres et intéressé-e-x-s	
Intervenante	Virginie Ribaux (Juriste)	
Cours Réf. F2.5.2726	1 jour Me 29.9.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

femmes* Wen-Do, cours d'autodéfense pour femmes*

Le Wen-Do est une méthode d'autodéfense pour femmes*, enseignée par des femmes*. Il permet de révéler à chacune son potentiel de force et de puissance. Chaque femme* peut être en mesure de se défendre et d'assurer sa propre sécurité en apprenant à dépasser sa peur.

Public cible	Femmes* cis et trans ainsi que toutes les personnes intersexes, non-binaires membres et intéressé-e-x-s	
Intervenantes	Livia Boscardin (Formatrice Wen-Do), Mitra Tavakoli (Formatrice Wen-Do)	
Cours Réf. F2.5.2711 Réf. F2.5.2710	2 jours Je 17.6.2027 – Ve 18.6.2027 Lu 15.11.2027 – Ma 16.11.2027	Ste-Croix, Hôtel de France Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	
Autres infos	Ce cours est à la portée de toute femme*, sans distinction d'âge et sans entraînement physique particulier.	

femmes* S'affirmer au travail et dans la société

Les femmes* sont encore et toujours victimes d'inégalités, notamment salariales, même si le principe d'égalité est inscrit dans la loi depuis longtemps. Elles rencontrent plus de difficultés que leurs collègues masculins dans le monde professionnel, se heurtent au plafond de verre quand elles veulent progresser, font face quotidiennement au sexisme et aux discriminations. Comment combattre ces phénomènes, se mettre en avant, s'affirmer en toutes circonstances pour être prise en compte et se faire reconnaître?

Public cible	Femmes* cis et trans ainsi que toutes les personnes intersexes, non-binaires membres et intéressé-e-x-s	
Intervenante	Virginie Pilault (Formatrice d'adultes)	
Cours Réf. F2.5.2713	2 jours Je 16.9.2027 – Ve 17.9.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Concilier sa fonction de proche aidant-e et sa vie professionnelle

Les proches aidant-es apportent une contribution fondamentale dans l'accompagnement et les soins de leurs proches atteint-es dans leur santé. Cette formation donne un espace de réflexion et des outils pour concilier ce rôle essentiel avec sa vie professionnelle. Les participant-es feront le point sur les ressources disponibles et auront des outils pour prévenir un épuisement et mettre en place des aménagements réalistes.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenantes	Waltraut Lecocq (Infirmière et formatrice), Maria Mercedes Puteo (Infirmière et formatrice)	
Cours Réf. F2.5.2728	2 jours Lu 21.6.2027 – Ma 22.6.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Des écrans partout ! Stratégie pour une protection numérique

L'utilisation quotidienne des écrans change notre rapport au travail et à l'autre. Comment faire face aux interruptions fréquentes qui impactent notre cerveau, à l'appel des réseaux sociaux et aux divertissements sur écrans qui nous envahissent jusqu'à en affecter notre sommeil ? Y a-t-il des bonnes pratiques individuelles et collectives pour maîtriser cet envahissement numérique qui rend la frontière entre travail et repos et entre réel et virtuel toujours plus floue ?

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenants	Antoine Bays (Spécialiste en addictions et formateur d'adultes), Mario Sgarrella (Formateur en hygiène numérique)	
Cours Réf. F2.5.2723	2 jours Lu 10.5.2027 – Ma 11.5.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

MOVENDO

Une idée ? Une envie ? Un autre thème t'aiderait dans ta vie et ton travail ? Contacte-nous simplement par mail ou téléphone et fais-nous part de tes besoins ! Nous planifions déjà le prochain programme et ton avis compte pour nous.

Personne de contact pour les cours membres et militant-es en Suisse romande :
Vivian Bologna, responsable de formation, 058 218 00 18
vivian.bologna@movendo.ch

La prise de décision agile

Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise décision. Il y a des décisions réfléchies, habiles et prises en connaissance de cause et les décisions impulsives ou irréfléchies. Cette formation fera la lumière sur les mécanismes de la prise de décision et les outils pratiques qui aident à rester agile en toutes circonstances pour prendre la meilleure décision possible et proposer des solutions réalistes.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Isabelle Chevalier-Ragot (Formatrice d'adultes et psychologue)	
Cours Réf. F2.6.2705	2 jours Je 4.3.2027 – Ve 5.3.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Argumenter avec pertinence et efficacité

Nous avons souvent des opinions bien définies sur différents sujets. Toutefois, il n'est pas simple de les faire reconnaître. Une bonne argumentation permet de mettre en avant ses idées, de les partager, de prendre sa place dans une discussion et, pourquoi pas, de devenir acteur/actrice de changements.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Virginie Pilault (Formatrice d'adultes)	
Cours Réf. F2.6.2704	1 jour Me 26.5.2027	Muntelier-Morat, Centre Loewenberg
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Recruter des membres et renforcer le mouvement

L'utilisation appropriée de techniques d'argumentation est un avantage clé pour gagner en crédibilité et développer le mouvement syndical. Au travail ou entre ami-es, une communication maîtrisée sur le contenu du message comme dans sa forme maximise son effet. Cette formation centrée sur la relation interpersonnelle ciblée te donnera des outils pour recruter efficacement de nouveaux membres et renforcer le mouvement.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Cécile Garcia (Formatrice d'adultes et spécialiste en relation client-e)	
Cours Réf. F2.6.2702	2 jours Lu 19.4.2027 – Ma 20.4.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Écrire sans faute

Tu es de langue française ou tu as acquis un très bon niveau à l'oral, mais l'écrit te pose quelques problèmes surtout lorsqu'il s'agit de ne pas faire de faute d'accord ou d'orthographe. Ce cours te propose une révision des règles d'orthographe et de grammaire les plus importantes ainsi qu'une boîte à outils pratique pour mettre en place ton système afin d'écrire enfin sans faute.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Prérequis	Avoir suivi sa scolarité dans un environnement francophone ou avoir un très bon niveau oral (min. B2) et utiliser l'écrit dans son contexte professionnel	
Intervenantes	Béatrice Tinguely Chatton (Formatrice de français), Nathalie Wagen-Magnon (Formatrice de français)	
Cours Réf. F2.6.2706	2 jours Je 30.9.2027 – Ve 1.10.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

nouveau Les mathématiques pour tous les jours

Les maths sont utiles dans notre quotidien, dans le privé comme dans la vie professionnelle. Ce cours vise à rafraîchir ses connaissances de base : que ce soient des opérations simples (additions, soustractions, multiplications et divisions), des problèmes de logiques, des mesures, des conversions ou des calculs de proportions.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Marina Beaud (Formatrice en compétences de base)	
Cours	2 jours (sans nuitée)	
Réf. F2.6.2707	Je 4.3.2027 – Ve 5.3.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Réf. F2.6.2715	Ve 5.11.2027 – Sa 6.11.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	

Windows, les bases

L'acquisition d'un ordinateur personnel ou l'envie d'en améliorer la maîtrise peut soulever de nombreuses questions. Ce cours permet d'acquérir les connaissances essentielles pour utiliser son ordinateur avec aisance, le gérer efficacement et organiser correctement ses dossiers et fichiers.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Jonas Baggiolini (Formateur en informatique)	
Cours Réf. F2.6.2708	2 jours (sans nuitée) Me 17.3.2027 – Je 18.3.2027	Yverdon-les-Bains, Synergic / Perform
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	

Word, les bases

Word est l'un des outils les plus utilisés pour créer et mettre en forme des documents. Ce cours permet d'en découvrir les fonctions essentielles et d'acquérir les bases nécessaires pour l'utiliser efficacement au quotidien.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Prérequis	Avoir suivi le cours « Windows, les bases » ou savoir utiliser le clavier d'un ordinateur et enregistrer les données	
Intervenant	Nicholas Ashdown (Formateur en informatique)	
Cours Réf. F2.6.2709	2 jours (sans nuitée) Je 20.5.2027 – Ve 21.5.2027	Yverdon-les-Bains, Synergic / Perform
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	

Le tableur Excel, les bases

Excel est un outil largement utilisé pour organiser, calculer et analyser des données sous forme de tableaux. Ce cours permet d'en découvrir les fonctions essentielles et d'acquérir les bases nécessaires pour l'utiliser efficacement au quotidien.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Prérequis	Avoir suivi le cours « Windows, les bases » ou savoir utiliser le clavier d'un ordinateur et enregistrer les données	
Intervenant	Nicholas Ashdown (Formateur en informatique)	
Cours Réf. F2.6.2710	2 jours (sans nuitée) Je 22.4.2027 – Ve 23.4.2027	Yverdon-les-Bains, Synergic / Perform
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	

Communication numérique sur les réseaux sociaux

Comment communiquer efficacement sur les réseaux sociaux et choisir la plateforme adaptée à ses objectifs? Ce cours permet de mieux comprendre les codes de la communication numérique, d'en identifier les opportunités et les risques, et de créer des contenus adaptés pour informer, mobiliser et développer une communauté.
La formation s'adresse en priorité aux personnes débutantes ou non professionnelles qui souhaitent utiliser les réseaux sociaux dans un cadre associatif ou militant.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Prérequis	Être à l'aise avec l'utilisation basique des réseaux sociaux	
Intervenante	Virginie Pilault (Formatrice d'adultes)	
Cours Réf. F2.6.2711	2 jours (sans nuitée) Je 11.3.2027–Ve 12.3.2027	Lutry, Hôtel Rivage
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	

IA au quotidien

L'intelligence artificielle peut devenir un véritable assistant au quotidien. Ce cours permet d'apprendre les bases de son utilisation pour créer des textes et des contenus adaptés à différents besoins, à formuler des prompts efficaces et à identifier les outils les plus pertinents. Il aborde également les principaux enjeux éthiques et sociaux liés à l'usage de l'IA.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Djamileh Aminian (Formatrice d'adultes et spécialiste IA)	
Cours	1 jour	
Réf. F2.6.2712	Lu 1.3.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Réf. F2.6.2713	Lu 3.5.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Réf. F2.6.2714	Ve 3.9.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Mon RH est une IA !

En utilisant des algorithmes, l'IA bouleversera notre manière de candidater pour un poste, mais également pour le vivre au jour le jour. Ce cours vise à donner des bases pour comprendre les enjeux des RH numérisées, en expérimentant un certain nombre d'outils.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Claudia Benassi-Faltys (Formatrice d'adultes et spécialiste IA)	
Cours Réf. F2.6.2703	2 jours Lu 22.11.2027–Ma 23.11.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Prise de note efficace et rédaction de P.V.

Un bon procès-verbal résume et reflète une réunion. Ce cours permet, au moyen de divers exercices pratiques, de maîtriser la rédaction des notes lors d'une séance ou d'une assemblée pour en faire un procès-verbal clair et lisible.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Yvan Kohli (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F1.6.2701	2 jours (sans nuitée) Je 4.11.2027 – Ve 5.11.2027	Lausanne, Hôtel Aquatis
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 820.–. Frais d'alimentation en sus.	



Deviens ambassadrice ou ambassadeur de formation au sein de ton entreprise !

Nous recherchons : des personnes intéressées, membres de commissions du personnel, militant-es des syndicats qui désirent apporter leur contribution pour que toutes les personnes puissent bénéficier de la formation continue.

Et après ? Tu travailles en collaboration avec les responsables de formation chez Movendo. Tu contribues à améliorer ta formation et celle de tes collègues.

Ce que nous offrons aux ambassadrices et ambassadeurs :
– une formation gratuite d'ambassadrice ou ambassadeur de formation
– un soutien et des conseils en cas de questions

Toutes les infos sur : www.movendo.ch Ta personne de contact chez Movendo :
Vivian Bologna, responsable de formation, vivian.bologna@movendo.ch, 058 218 00 18

Comprendre le fonctionnement de l'AVS

Avoir travaillé toute sa vie doit donner droit à une bonne rente de retraite! L'AVS est le seul pilier égalitaire et il fait souvent face aux vents des réformes. Mieux comprendre le fonctionnement et les prestations de ce premier pilier permet de s'engager pour le défendre et le renforcer.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales)	
Cours Réf. F2.3.2701	1 jour Je 10.6.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Ce cours présente les principes globaux de fonctionnement de l'AVS.	

Comprendre le fonctionnement de la LPP

Cette journée sera l'occasion de prendre connaissance du contenu de la Loi sur la prévoyance professionnelle (LPP), d'en comprendre les mécanismes de fonctionnement et d'en mieux cerner les enjeux.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales)	
Cours Réf. F2.3.2702	1 jour Je 28.10.2027	Bienne, Residenz Au Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Comprendre le fonctionnement des assurances chômage et invalidité

Que se passe-t-il en cas d'incapacité de travail ou de perte d'emploi? Quelles assurances prennent en charge la perte de gain et sur quelles bases? Ces deux journées permettront de clarifier le rôle des assurances chômage et invalidité et les dispositions qui les régissent.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenants	Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales), Alain Python (Chef de service AI)	
Cours Réf. F2.3.2707	2 jours Lu 13.9.2027 – Ma 14.9.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 820.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Quels seront mes revenus quand je serai retraité-e ?

À l'approche de la retraite, il est important de pouvoir planifier et calculer ses futurs revenus. Comment se présentera ma situation financière à l'âge de la retraite ? Comment sera calculée ma rente AVS ? Quel sera le montant de ma rente de deuxième pilier ? Comment lire mon attestation de caisse de pension ? Quand et comment faire appel aux prestations complémentaires ?

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales)	
Cours	1 jour / Deux soirées (online)	
Réf. F2.3.2703	Je 25.3.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Réf. F2.3.2704	Je 28.10.2027 + Je 4.11.2027	online
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	

Retraite anticipée, quelles conséquences sur mes revenus ?

Si la perspective d'une retraite anticipée peut séduire, il est important de bien évaluer sa situation suffisamment tôt. Comment estimer au plus juste mes futurs revenus ? Puis-je me permettre ce départ anticipé ? Quels sont les éléments sur lesquels je peux agir pour m'assurer de bonnes conditions d'existence ?

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenant	Alexandre Martins (Formateur d'adultes et spécialiste en assurances sociales)	
Cours	1 jour	
Réf. F2.3.2705	Lu 12.4.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Réf. F2.3.2706	Ve 24.9.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Pour se donner le temps d'agir sur sa situation, il est conseillé de suivre ce cours au moins cinq ans avant le départ en retraite envisagé.	

Planification de la retraite pour membres lusophones

Dans ce cours, les participant-es apprendront comment est calculée la rente AVS et comment interpréter le certificat de prévoyance. Celui-ci permet de connaître le montant de la rente provenant de la caisse de pension (2e pilier). Les participant-es découvriront également comment demander les rentes auxquelles ils et elles ont droit depuis l'étranger, ainsi que d'autres aspects importants qui y sont liés.

Public cible	Membres des syndicats et toute personne intéressée	
Intervenante	Marília Agostinho Mendes (Unia)	
Cours Réf. B2.3.2701	1 jour Sa 29.5.2027	Berne, Hôtel Berne
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Ce cours sera donné en portugais.	

nuovo Preparazione al pensionamento: con quale rendita posso fare i conti nella nuova fase della vita?

Dopo il pensionamento la situazione finanziaria cambia. Ma come? In questo corso spieghiamo come viene calcolata la pensione AVS, come funzionano le prestazioni complementari e come leggere il certificato di previdenza. Da questo possiamo ricavare quanto sarà alta la pensione del fondo pensione.

Pubblico destinatario	Membri dei sindacati e tutte le persone interessate	
Formatore	Mattia Mandaglio (SSP)	
Corso Rif. I2.3.2701	1 giorno Ven 12.3.2027	Bellinzona, Casa del Popolo
Rif. I2.3.2702	Ven 24.9.2027	Berna, Hotel Bern
Membri	Gratuito (vedi pagina 5)	
Non membri	Costo del corso: CHF 410.–. Spese di vitto escluse.	
Altre informazioni	Il corso si terrà in italiano.	

Cycle ARPIP 2026/2027

Ce cycle est mis sur pied en collaboration avec l'ARPIP – Association des représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance. Il a débuté en septembre 2026 et se terminera en juin 2027.
Il s'adresse principalement aux représentant-es des salarié-es dans les caisses de pension, en place ou en voie de l'être. Il a pour but de leur permettre d'assumer au mieux leurs fonctions. Lors de chaque journée, un thème relatif à la prévoyance professionnelle est développé, permettant de riches échanges entre les participant-es. Une attestation est délivrée en fin de cycle.

Dates des modules	2027 : 11.2, 11.3, 8.4, 20.5, 10.6
Frais	– Les représentant-es des salarié-es dans un conseil de fondation et leurs suppléant-es peuvent prétendre à la prise en charge des frais de cours par leur caisse (art. 51 LPP). – Pour les membres des syndicats de l'USS affiliés à Movendo, certaines journées peuvent être prises en charge par leur syndicat d'affiliation, selon leur règlement interne. – Les membres individuel-les ARPIP bénéficient du tarif préférentiel pour membres (frais de cours : CHF 250.–/jour, frais d'alimentation en sus).
Inscription	– Il est conseillé de suivre l'ensemble des modules du cycle. – Si tu estimes n'avoir besoin que de certains contenus, tu as la possibilité de t'inscrire uniquement aux modules qui t'intéressent. – Indique, le cas échéant, l'adresse complète de la caisse de pension à laquelle la facture doit être adressée.

Cycle ARPIP 2026/2027
Expertise actuarielle d'une institution de prévoyance

Cette journée est consacrée à l'expertise actuarielle des caisses de pension.

Public cible	Représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance, militant-es et personnel des syndicats, toute personne concernée	
Intervenant	Stéphane Riesen (Actuaire)	
Cours Réf. F1.3.2701	1 jour Je 11.2.2027	◎ Lausanne, Hôtel Mirabeau
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Pour les renseignements pratiques, voir ci-dessus.	

Cycle ARPIP 2026/2027
Contrôle et surveillance

Cette journée est consacrée au rôle du conseil de fondation, de l'organe de révision, de l'expert-e LPP, du fonds de garantie, de l'institution supplétive et de l'autorité de surveillance. Un accent particulier sera mis sur les tâches des membres du conseil de fondation.

Public cible	Représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance, militant-es et personnel des syndicats, toute personne concernée	
Intervenante	Valérie Nicoud Galletto	
Cours Réf. F1.3.2702	1 jour Je 11.3.2027	Lausanne, Hôtel Mirabeau
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Se reporter à la page 35 pour les renseignements pratiques.	

Cycle ARPIP 2026/2027
L'allocation stratégique de placement

Comment définir les règles de répartition de la fortune en fonction des classes d'actifs ? Dans ce module, les participant-es seront sensibilisé-es aux avantages et aux risques des différents types de placements en capitaux.

Public cible	Représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance, militant-es et personnel des syndicats, toute personne concernée	
Intervenants	Aldo Ferrari (Unia), Marc Fournier (Expert LPP), Mohamad Nadjafi (Consultant en placement)	
Cours Réf. F1.3.2703	1 jour Je 8.4.2027	Lausanne, Hôtel Mirabeau
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Se reporter à la page 35 pour les renseignements pratiques.	

Cycle ARPIP 2026/2027 – Politique de placements en capitaux, exercice des droits de vote des actionnaires

Chaque représentant-e dans un conseil de fondation d'une caisse de pension a une responsabilité envers les placements que sa caisse effectue. Dans ce module, les participant-es seront sensibilisé-es à la politique générale des placements en capitaux. L'exercice du droit de vote des actionnaires sera également présenté.

Public cible	Représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance, militant-es et personnel des syndicats, toute personne concernée	
Intervenante	Cécile Biccari (Experte formation LPP)	
Cours Réf. F1.3.2704	1 jour Je 20.5.2027	Lausanne, Hôtel Mirabeau
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Se reporter à la page 35 pour les renseignements pratiques.	

Cycle ARPIP 2026/2027 – Processus de liquidations, partielles ou totales, des caisses de pension

Cette journée de formation a pour but d'apporter les éléments pratiques du processus de liquidation d'une fondation, en insistant notamment sur le rôle et les responsabilités des divers-es intervenant-es : conseil de fondation, autorité de surveillance, liquidateur-trice, organe de révision, expert-es, ayants-droit, assuré-es, voire syndicat et ARPIP. Afin d'éviter toute confusion sur ce sujet, nous aborderons également le thème des liquidations partielles qui est toujours d'actualité.

Public cible	Représentant-es du personnel dans les institutions de prévoyance, militant-es et personnel des syndicats, toute personne concernée	
Intervenantes	Céline Moullet (Avocate), Alexia Raetzo (Avocate)	
Cours Réf. F1.3.2705	1 jour Je 10.6.2027	Neuchâtel, Hôtel Alpes et Lac
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 410.–. Frais d'alimentation en sus.	
Autres infos	Se reporter à la page 35 pour les renseignements pratiques.	

Cours de base pour délégué-es syndicaux-ales

Les délégué-es syndicaux-ales sont les représentant-es de leur syndicat dans les entreprises et les comités. Ce cours donne les outils de base pour assumer cette tâche importante et promouvoir la vie syndicale au sein de l'entreprise.

Public cible	Délégué-es syndicaux-ales, secrétaires syndicaux-ales	
Intervenantes	Cécile Garcia (Formatrice d'adultes), Solenn Ochsner (Unia), Valérie Solano (Movendo)	
Cours Réf. F1.7.2707	3 jours Lu 31.5.2027 – Me 2.6.2027	Yverdon-les-Bains, Grand Hôtel
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 1350.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Cours de perfectionnement pour délégué-es syndicaux-ales

Ce cours s'adresse aux délégué-es syndicaux-ales souhaitant renforcer leur efficacité dans l'exercice de leur mandat. Les participant-es approfondiront leurs compétences en communication, en analyse de leur environnement de travail et en conduite de campagnes syndicales. Des exercices pratiques leur permettront de développer des techniques pour mobiliser leurs collègues, valoriser l'action syndicale et renforcer l'action collective dans leur entreprise.

Public cible	Délégué-es syndicaux-ales, secrétaires syndicaux-ales	
Intervenant-es	Maurizio Colella (Unia), Giorgio Mancuso (Unia), Solenn Ochsner (Unia), Valérie Solano (Movendo)	
Cours Réf. F1.7.2708	2 jours (sans nuitée) Je 17.6.2027 – Ve 18.6.2027	Lausanne, Syndicat Unia
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 900.–. Frais d'alimentation en sus.	

Cours de base pour membres de commissions du personnel

Ce cours de base a pour but de fournir les connaissances nécessaires au travail d'une commission du personnel.

Public cible	Membres de commissions du personnel, secrétaires syndicaux-ales	
Intervenant-es	Vivian Bologna (Movendo), Valérie Solano (Movendo)	
Cours	3 jours	
Réf. F1.7.2701	Lu 8.3.2027 – Me 10.3.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Réf. F1.7.2702	Lu 26.4.2027 – Me 28.4.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Réf. F1.7.2703	Lu 8.11.2027 – Me 10.11.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours: CHF 1350.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Cours de perfectionnement pour membres de commissions du personnel

Ce cours de perfectionnement approfondit les principales tâches d'une commission du personnel et renforce sa capacité d'action dans l'entreprise. Il aborde la conduite et l'animation d'un groupe, la communication interne ainsi que les bases et outils de la négociation pour représenter efficacement les intérêts du personnel.
À partir de situations concrètes, le cours permet de développer des stratégies de participation et de représentation adaptées aux évolutions du monde du travail.

Public cible	Membres de commissions du personnel, secrétaires syndicaux-ales
Prérequis	Avoir suivi l'un des cours de base (voir page 38)
Intervenant-es	Vivian Bologna (Movendo), Valérie Solano (Movendo)
Cours Réf. F1.7.2704	3 jours Ma 20.4.2027 – Je 22.4.2027 ◎ Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)
Non-membres	Frais de cours : CHF 1350.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.



Bien négocier pour soi et ses collègues

Négocier à l'interne avec ses collègues de travail ou la direction, de même qu'avec les éventuels partenaires externes demande des compétences précises : mener une négociation dans une optique de collaboration, en faisant preuve d'écoute, tout en gérant ses émotions et en argumentant clairement pour atteindre le résultat escompté. Ce cours propose une boîte à outils de techniques de communication et de négociation pratiques.

Public cible	Membres de commissions du personnel, délégué-es syndicaux-ales	
Intervenante	Valérie Solano (Movendo)	
Cours Réf. F1.7.2705	2 jours Lu 27.9.2027 – Ma 28.9.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 900.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Lire et comprendre les comptes d'entreprises

Lors de négociations salariales ou de CCT, dans le cas de déclaration de faillite ou de liquidation d'entreprise, la marge de manœuvre des syndicats est souvent liée à une bonne lecture des comptes et bilans d'entreprises. Ce cours permettra de mieux comprendre la comptabilité d'entreprise, de s'en servir au bénéfice du mouvement social, de mettre en pratique les connaissances acquises par des exercices et des études de cas.

Public cible	Membres de commissions du personnel, militant-es et personnel des syndicats, toute personne intéressée	
Prérequis	Bonnes connaissances de base de la comptabilité	
Intervenant	Benoît Robert (Formateur d'adultes)	
Cours Réf. F1.7.2706	2 jours Lu 19.4.2027 – Ma 20.4.2027	Ste-Croix, Hôtel de France
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 900.–. Frais d'alimentation et de nuitée en sus.	

Journée d'étude sur le partenariat social

Les bonnes pratiques et les droits progressifs dans les conventions collectives de travail (CCT) seront au cœur de cette journée d'échanges. Les participant-es partageront leurs expériences sur des thèmes tels que l'intelligence artificielle, la santé mentale, la protection contre les licenciements ou les plans sociaux. Nous aborderons aussi le contrôle et l'application des accords collectifs afin que les droits ne restent pas lettre morte. La journée est bilingue français-allemand avec traduction simultanée.

Public cible	Militant-es des syndicats, membres de commissions du personnel, secrétaires syndicaux-ales	
Intervenant-es	Maurizio Maggetti-Waser (Movendo), Valérie Solano (Movendo) et des spécialistes du domaine	
Cours Réf. B1.8.2701	1 jour Ve 17.9.2027	Berne, Hôtel Berne
Membres	Gratuit (voir page 5)	
Non-membres	Frais de cours : CHF 450.–. Frais d'alimentation en sus.	

Inscription

Movendo
L'Institut de formation des syndicats
Téléphone 058 218 00 00
info@movendo.ch, www.movendo.ch

Réf. du cours **Titre**

Réf. du cours **Titre**

Pour les cours avec nuitée : Quel type de chambre souhaites-tu ?
☐ Chambre individuelle (contre supplément pour les cours F2/B2) ☐ Chambre double ☐ Sans hébergement

☐ Madame ☐ Monsieur Correspondance en ☐ français ☐ allemand

Nom Prénom Profession

Rue

NPA Localité

Tél. privé Tél. professionnel Tél. mobile

Date de naissance E-mail pour la correspondance ☐ Je n'ai pas d'adresse e-mail.

Employeur

De quel syndicat es-tu membre ? N° de membre

Dans mon syndicat je remplis une fonction au sein de :
☐ Représentation du personnel ☐ Comité ☐ Autre

Date et signature

Par ma signature, je donne mon accord à ce que Movendo traite mes données personnelles conformément à sa déclaration de protection des données.
Tu peux consulter cette déclaration sur www.movendo.ch ou la commander auprès de notre secrétariat.

MOVENDO
L'Institut de formation des syndicats

Inscris-toi en quelques clics sur notre site www.movendo.ch!

Tu as aussi la possibilité de nous envoyer ton inscription par la poste en glissant le talon-réponse dans une enveloppe affranchie, adressée à:

Movendo
Monbijoustrasse 61
3007 Berne