

Sylvain DRAUX

4 rue des Sauniers
17600 NIEULLE SUR SEUDRE
06 15 93 22 69
s_draux@yahoo.fr

Formateur RH & sophrologue entreprise

Partez à la découverte de soi,
de votre météo intérieure !



Mes domaines d'intervention

🌐 Formateur en ressources humaines & management

Depuis 2016 : CCI (CFA - étudiants Bac+2/3),
Groupe LEXOM, SIFAM Formations.

2012-2016 : Maison de l'Emploi et de la Formation

🌐 Sophrologue en entreprise

Depuis 2016 : CCI (CFA - préparation
examens bac+2/3), Monkey Tie,
Association SNC.

- ⚙ Manager, motiver et piloter son équipe.
- ⚙ Manager son stress pour une meilleure confiance en soi.
- ⚙ Conduire un entretien (recrutement, recadrage et mobilisation).
- ⚙ Communiquer et gérer les conflits en entreprise.
- ⚙ Mieux gérer son stress pour un oral + impactant !
- ⚙ Animer collectivement et individuellement pour un public de cadres, chef d'entreprises, managers et étudiants.
- ⚙ Créer les contenus pédagogiques et les cas pratiques.
- ⚙ Préparer les documents administratifs relatifs à la formation.

Mes Compétences

Concevoir

Organiser

Animer

Gérer

Évaluer un groupe

Mes autres expériences professionnelles

2012-2016

Chargé de projets et coordinateur RH

Maison de l'Emploi et de la Formation

Royan (17)

2010-2012

Consultant en recrutement & manager

Agence Randstad Industrie

Cognac (16)

2009-2010

Conseiller en formation

EGIS Formation

La Rochelle (17)

2005-2009

Chargé de mission RH

Syndicat Mixte du Pays d'Aunis

Marans (17)

Ma formation

Titre de « sophrologue praticien »
- Ecole de Sophrologie de La Rochelle

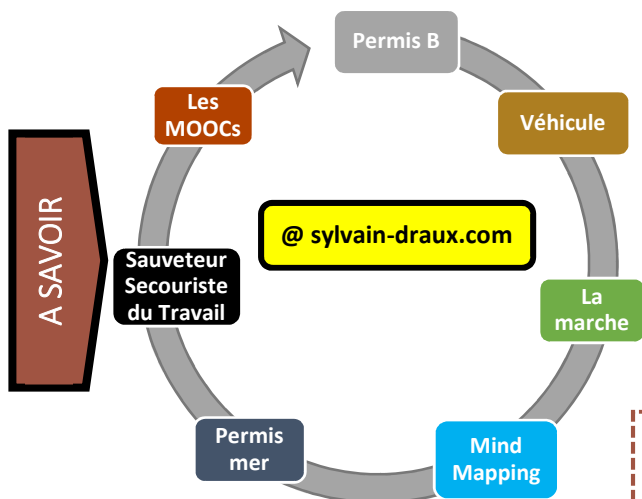
2016

Maîtrise de gestion des entreprises
(Master 1 / Bac +4)
- I.A.E. Poitiers

2000

D.U.T. Gestion/Commerce
- I.U.T. La Rochelle

1997



De plus

Secrétaire de l'association
« La Flèche Effective »

Coach pour le site Monkey Tie
(rédaction articles RH et
développement personnel)

- ✓ Formation de formateur.
- ✓ Formation à l'écoute active.
- ✓ Certifié Manager par le travail réel (MOOC - EM Lyon & ANACT)
- ✓ Certifié Manager agile (MOOC - CNAM Paris).
- ✓ Certifié en Gestion de projet (MOOC - Ecole Centrale Lille).