

Sylvain DRAUX

4 rue Tourtelot  
17600 NIEULLE SUR SEUDRE

06 15 93 22 69

s\_draux@yahoo.fr

# Formateur Ressources Humaines



## Mes domaines d'intervention

### ✦ Formateur en ressources humaines

Depuis 2016 : Groupe LEXOM, SIFAM Formations

2012-2016 : Maison de l'Emploi - Royan (17)

### ✦ Sophrologue en entreprise

Depuis 2016 : Association SNC, Monkey Tie

- ✦ Communiquer efficacement en entreprise.
- ✦ Animer et motiver son équipe.
- ✦ Conduire un entretien de recrutement.
- ✦ Développer son leadership.
- ✦ Développer la confiance en soi.
- ✦ Travailler dans le calme (manager son stress).
- ✦ Préparer à un entretien : examen, recrutement, professionnel, ...
- ✦ Animer collectivement et individuellement pour un public de cadres, chef d'entreprises et managers.
- ✦ Créer les contenus pédagogiques et les cas pratiques.
- ✦ Préparer les documents administratifs relatifs à la formation.

## Mes Compétences

Animer

Gérer

Concevoir

Organiser

Évaluer un groupe

## Mes autres expériences professionnelles

2012-2016

Chargé de projets RH  
Maison de l'Emploi, de la  
Formation et des Initiatives  
Locales

Royan (17)

2010-2012

Consultant en  
recrutement  
Agence Randstad

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

ESLR  
Ecole de Sophrologie  
de La Rochelle

2016

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

IAE  
UNIVERSITÉ DE  
LA ROCHELLE

2000

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

IUT  
LA ROCHELLE

1997

- ✓ Formation de formateur.
- ✓ Formation à l'écoute active.
- ✓ Certifié en Gestion de projet (MOOC - Ecole Centrale Lille).
- ✓ Certifié en Effectuation-Démarche entrepreneuriale (MOOC - EM Lyon).

A SAVOIR

Les MOOCs

Véhicule

Sauveteur  
Secouriste  
du Travail

@sylvain-draux.com

La  
marche

Permis  
mer

Mind  
Mapping

DE PLUS

Secrétaire de l'association  
« La Flèche Effective »

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