

2026

Nos offres de formation

**METAFORM**  
LANGUES





# Notre expertise

## PLUS DE 40 ANS D'EXCELLENCE AU SERVICE DE VOS PROGRÈS

Depuis plus de quatre décennies, METAFORM LANGUES est le partenaire de confiance des entreprises et des professionnels désireux de maîtriser l'art de la communication interculturelle. Notre engagement a toujours été clair : fournir des Méthodes Actives de Formation (Metaform) pour transformer l'apprentissage d'une langue en une compétence opérationnelle et durable.

## NOTRE ENGAGEMENT : UN AVENIR RESPONSABLE ET BIENVEILLANT

Chez METAFORM LANGUES, nous savons que l'ouverture sur le monde passe aussi par le respect de l'humain et de son environnement.

En 2026, nous formalisons notre **responsabilité** en nous engageant pleinement dans une Charte RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises), notamment par une démarche plus verte dans notre organisation.

Mais notre engagement va plus loin : nous faisons de la **santé mentale** un pilier de notre culture d'entreprise. Nous sommes fiers d'annoncer que plus d'un tiers de nos collaborateurs sont désormais formés aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM). Cela garantit un environnement de travail attentif et solidaire, où l'écoute et le soutien sont des réflexes quotidiens.

Les Valeurs Qui Nous Animent :

- L'**excellence** : Visée constante de la qualité de nos méthodes et de la satisfaction de nos clients.
- La **progression** : Croire au potentiel de chaque apprenant et fournir les outils pour qu'il s'accomplisse.
- La **responsabilité** : Agir en entreprise citoyenne, respectueuse de l'environnement, et activement engagée pour le bien-être de ses équipes.







# Collaborer avec Metaform Langues, c'est :

Travailler avec le centre de formation qui a le plus haut taux de satisfaction de la région.

Être en contact avec une équipe administrative compétente, bienveillante et réactive.

Proposer à vos collaborateurs des formules uniques, structurées et sur mesure pour chacun d'entre eux.

**4.9** ★★★★★

avis Google



# Notre expertise :

Notre équipe enseignante est notre plus grande force : un collectif **multiculturel** composé exclusivement de professeurs qui enseignent leur langue maternelle.

Tous sont **implantés ici**, dans la région, combinant l'avantage d'une **expertise native** et d'une connaissance de votre contexte local.

Forts de leur expérience et animés par une profonde **bienveillance**, ils vous assurent un apprentissage serein et efficace, que ce soit en présentiel ou en visioconférence.

Régulièrement **formés** aux dernières innovations technologiques et pédagogiques, nos formateurs sont parfaitement équipés pour garantir votre progression.

Vous pouvez leur confier votre parcours linguistique en toute **confiance** : ils vous guideront avec rigueur et **passion** vers l'atteinte de vos objectifs.







# Nos enseignants piliers :



**Mary-Ann (Anglais) :**

Avec Mary-Ann, apprenez l'anglais dans une atmosphère de douceur et de bienveillance qui vous met immédiatement en confiance.



**Dean (Anglais) :**

L'homme derrière notre devise "Serious Fun" ! Dean allie technicité et efficacité pour un apprentissage rigoureux... et joyeux.



**Colette (Anglais) :**

Communicative et motivante, Colette est une véritable coach linguistique qui vous pousse à vous dépasser avec aisance.



**Nick (Anglais) :**

La sympathie et l'adaptabilité de Nick garantissent des cours parfaitement ajustés à vos besoins et toujours agréables.



**Steve (Anglais) :**

Steve utilise l'humour pour vous faire gagner rapidement en confiance : finies les inhibitions de parler anglais !



**Paco (Espagnol) :**

Avec Paco, l'espagnol rime avec bonne humeur ! Il vous apporte la précision dans un bain de communication chaleureux.



# Notre équipe administrative :



## Julie

est notre sourire à l'accueil et au téléphone. Elle vous guide avec bienveillance dans les premières étapes, assurant une intégration fluide et sereine à l'organisme. Elle est la garantie d'un environnement accueillant, idéal pour commencer votre formation.



gère vos dossiers, le reporting et la facturation avec une précision méticuleuse. Grâce à elle, votre parcours administratif est fluide, vous laissant vous concentrer entièrement sur votre apprentissage des langues.

## Noémie



## Sabrina

conçoit des formations personnalisées et créatives. Elle garantit que nos programmes répondent précisément à vos besoins uniques. Elle s'assure que votre progression linguistique soit optimale.



## Arnaud

est notre directeur. Le garant de l'esprit de l'école : une ambiance aussi dynamique et bienveillante que l'apprentissage. Son moteur au quotidien ? Vous voir réussir et la fierté que vous éprouvez à parler une nouvelle langue.





# Étapes de mise en place :



## BENCHMARK

Test écrit réalisé sur notre site internet pour les participants n'ayant pas suivi de formation dans les 24 derniers mois.

## DIAGNOSTIC DES BESOINS

Diagnostic des besoins renseigné en ligne par chaque participant pour préciser ses besoins, disponibilités et attentes sur la formation.

## CHOIX DU MODULE

Choix du ou des modules le ou les plus adaptés pour répondre aux attentes.

## ÉVALUATION

Rapport de fin de formation (progression en fonction des objectifs.)

Certifications LILATE / TOEIC proposées en fin de formation.



## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION

# NOS FORMULES CPF



Débloquez votre potentiel linguistique grâce à nos formules CPF, conçues pour l'efficacité et l'adaptabilité à votre emploi du temps.

### L'Excellence de notre approche :

- **Formateurs Natifs** : Chaque cours est animé par un formateur ou une formatrice dont la langue enseignée est la langue maternelle, garantissant un apprentissage authentique et pertinent.
- **Heures 100% Formateur** : Toutes les heures de votre formule sont des heures de cours assurées par votre formateur (en présentiel ou en visio). Nous privilégions l'accompagnement direct et personnalisé.

### Votre parcours, vos choix :

Nous vous offrons une flexibilité totale :

- Vous choisissez le **volume d'heures**.
- Vous choisissez la **modalité** : visio, présentiel, ou hybride.
- Vous choisissez la **certification** pour valider votre niveau.

### Pour toutes les langues :

Ce principe de qualité et de flexibilité maximale s'applique à l'ensemble de nos formations CPF, quelle que soit la langue choisie.

**Optez pour l'apprentissage linguistique qui s'adapte à vous, pas l'inverse !**







## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)



# NOS FORMULES EN ANGLAIS



60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)



# NOS FORMULES EN ANGLAIS



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

# NOS FORMULES EN ESPAGNOL



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif

## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

# NOS FORMULES EN ALLEMAND



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif

## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN ITALIEN



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

# NOS FORMULES EN PORTUGAIS



60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

# NOS FORMULES EN FRANÇAIS

(LANGUE ÉTRANGÈRE)



60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN LSF (LANGUE DES SIGNES FRANÇAISE)



60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



10h de cours


En présentiel ou en visio avec un formateur natif





## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN ARABE

- 
-  Pack Intégral 60h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif
  -  Pack Optimal 50h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif
  -  Pack Confort 40h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif
  -  Pack Déclic 30h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif
  -  Pack Essentiel 20h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif
  -  Pack Flash 10h de cours  
En présentiel ou en visio avec un formateur natif

## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN RUSSE



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif

## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN CHINOIS



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



## COMPTE PERSONNEL DE FORMATION (CPF)

### NOS FORMULES EN JAPONAIS



Pack Intégral

60h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Optimal

50h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Confort

40h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Déclic

30h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Essentiel

20h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



Pack Flash

10h de cours

En présentiel ou en visio avec un formateur natif



## PLAN DE DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES

Anglais, Espagnol, Italien, Allemand, FLE\*

Nous créons une formule 100% adaptée  
aux besoins de vos collaborateurs

Financement OPCO, subrogation  
notre équipe administrative vous accompagne dans le montage de votre dossier



LA FORMULE :

individuelle, binôme, groupe...

LE VOLUME HORAIRE :

(10h, 15h, 20h, 30h, 40h, 50h...)

LA MODALITÉ :

présentiel dans vos locaux, présentiel au  
centre de formation, visio, ou hybride.

LA VALIDATION FINALE :

→ par le passage d'une certification  
(**LILATE** ou **TOEIC 4 SKILLS**)  
ou  
→ par [rapport de fin de formation](#)

Un suivi de dossier à  
chaque étape

Un conseil personnalisé pour  
chaque profil d'apprenant•e

Contactez-nous  
en cliquant **ICI**



\*autres langues possibles sur demande



# TOEIC 4 SKILLS OU LILATE ?

## COMMENT CHOISIR SA CERTIFICATION

Le CPF (Compte Personnel de Formation) exige une certification en fin de formation pour valider vos acquis et garantir que vos compétences ont bien progressé. Cela permet aussi de renforcer votre employabilité et de prouver officiellement votre niveau de langue.



Une certification flexible, adaptée à tous les niveaux.

Elle est interactive et s'adapte à votre profession, avec une évaluation en temps réel menée par un examinateur en ligne. Idéale pour valider vos compétences dans un contexte professionnel ou pour une évaluation moins stressante.



### **Le toeic 4 skills**

Une certification standardisée, technologique et très reconnue à l'international.

Elle évalue vos compétences en compréhension écrite et orale, ainsi qu'en expression écrite et orale en environ 2h30.

Cette épreuve est plus longue et exigeante.

Plus adaptée si vous visez une reconnaissance mondiale, voulez étoffer un CV ou travaillez dans des environnements internationaux.



Un doute sur la certification qui serait la plus adaptée à votre projet de formation ? Notre équipe vous renseigne.

Contactez nous **ICI** pour plus d'informations.





## MASTERCLASSES

### Besoin professionnel spécifique

Nos **Masterclasses** sont des programmes de formation conçus spécifiquement pour des actions linguistiques ciblées dans un **domaine professionnel précis**. Ces parcours sont la solution idéale pour gagner rapidement en compétences essentielles à votre **métier**.

Nous avons déjà déployé avec succès des Masterclasses en **Logistique, Relation Client, Qualité, Assurance et RH**.

Si votre secteur d'activité est unique, n'hésitez pas : nous pouvons créer le parcours impactant qui correspond exactement à vos attentes sur simple demande.



Contactez-nous  
en cliquant **ICI**





## SEMAINE RÉSIDENTIELLE

## EN AUVERGNE



### SEMAINE RÉSIDENTIELLE EN AUVERGNE – IMMERSION LINGUISTIQUE

**Vivez une expérience inédite** : partez une semaine dans un gîte au cœur de l'Auvergne et partagez le quotidien d'une famille anglaise. Les hôtes sont également vos formateurs, ce qui garantit une immersion totale, naturelle et riche d'échanges.

Cette formule unique place l'apprentissage au centre de la vie quotidienne : échanges autour des repas, activités partagées, séances de formation dédiées... l'anglais devient spontané, fluide, authentique.

#### Une immersion 100 % personnalisée

Chaque séjour s'adapte à votre profil, à vos enjeux et à votre secteur professionnel.

- ✓ Formation sur mesure selon le niveau et les objectifs métiers
- ✓ Programme défini à partir d'un diagnostic approfondi envoyé avant le départ
- ✓ Progression visible dès les premiers jours
- ✓ Acquisition de la spontanéité dans l'expression orale
- ✓ Accompagnement pédagogique individualisé

#### Approche pédagogique

Notre approche est à la fois intensive et personnalisée :

- alternance entre situations réelles, ateliers linguistiques, mises en situation professionnelles
- coaching oral
- enrichissement lexical contextualisé
- corrections et feedbacks permanents
- immersion culturelle

Vous développez les réflexes nécessaires pour parler avec aisance, confiance et efficacité.

**Pour plus d'informations,  
contactez nous en cliquant ICI**





## PARCOURS DIGITAL MYCOW



Le petit plus pour un contact quotidien avec la langue et l'actu en plus...

My Cow est la **plateforme digitale** idéale pour ceux qui souhaitent établir un **contact régulier** et stimulant avec la langue, que ce soit en **Anglais ou en Français Langue Étrangère (FLE)**.

Vous pouvez écouter des contenus authentiques en rapport avec l'actualité, vous entraîner à la lecture, à la prononciation et consolider vos bases en révisant la grammaire de manière interactive.

Plus qu'un simple outil, c'est votre **partenaire de progression**, qui vous permet de vous préparer efficacement aux certifications linguistiques, en vous assurant d'avoir toujours une longueur d'avance.

Des contenus nouveaux sont ajoutés plusieurs fois par semaine...



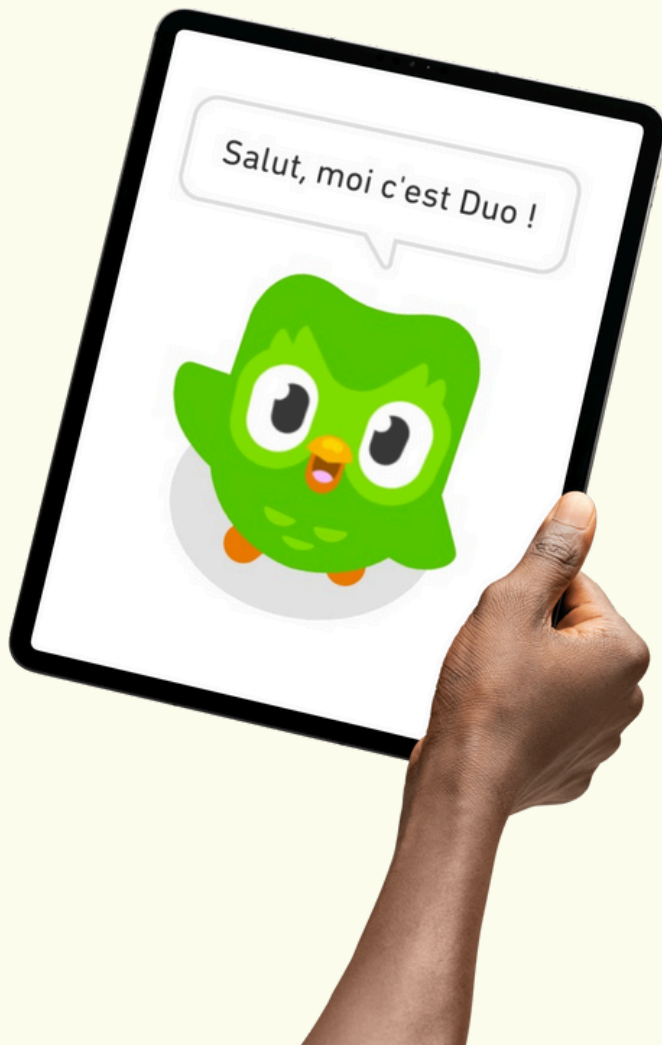
[Pour obtenir un devis personnalisé, cliquez ICI](#)







# DUOLINGO



Pour ceux qui souhaitent accélérer leur maîtrise linguistique, nous sommes ravis de proposer l'accès à Duolingo comme une nouvelle option d'accompagnement complémentaire de haut niveau. Intégrée à votre parcours de formation, cette option vous offre la liberté de pratiquer la langue au quotidien grâce à une plateforme reconnue pour son approche ludique et engageante.

C'est l'outil idéal pour consolider vos connaissances entre les sessions de cours, réviser le vocabulaire spécifique et faire des exercices de grammaire à votre rythme. En choisissant cette option, vous faites le pari d'une progression encore plus rapide et optimale. Rapprochez-vous de nos conseillers pour découvrir les modalités d'ajout de cette précieuse ressource à votre programme.







## TRADUCTION & INTERPRÉTARIAT

Depuis 1985, METAFORM LANGUES met son **expertise linguistique** au service des **entreprises et institutions**. Grâce à une équipe de professionnels expérimentés et spécialisés, nous répondons à tous vos besoins en **traduction et interprétariat**. Nous veillons à respecter vos délais tout en assurant une parfaite cohérence terminologique, pour une communication sans frontières.

### Nos domaines d'intervention

Nous intervenons sur de nombreux secteurs d'activité, notamment :

- Communication & marketing
- Commercial & international business
- Technique & ingénierie
- Juridique & droit des affaires
- Finance & gestion
- Scientifique & recherche
- Copy-editing & rédaction professionnelle
- Informatique & data
- Agro-alimentaire
- Tourisme & hôtellerie
- Gastronomie

**... et bien plus encore !**

### Nos engagements

- ✓ Réactivité : une réponse rapide et des délais maîtrisés
- ✓ Qualité : linguistes diplômés, natifs et spécialisés par secteur
- ✓ Confidentialité : protocoles internes sécurisés et respect des données
- ✓ Souplesse linguistique : toutes combinaisons de langues possibles

[Pour obtenir un devis personnalisé, cliquez ICI](#)





Nos offres d'accompagnement

**METAFORM**

**EXCELLENCE**







## Au-delà des Mots, l'accomplissement

Votre partenaire en formation élargit ses horizons !

Chez **METAFORM LANGUES**, notre mission a toujours été de vous fournir les méthodes actives les plus efficaces pour atteindre vos objectifs linguistiques. Votre réussite, qu'elle soit professionnelle ou personnelle, est notre moteur.

En 2026, forts de cette expertise et de notre engagement envers votre **développement**, nous sommes fiers d'annoncer la création de notre nouveau pôle :

### **METAFORM EXCELLENCE**

Devenez l'artisan de votre propre excellence !

Aujourd'hui, l'excellence ne se résume plus aux seules compétences techniques. Elle est intrinsèquement liée à votre bien-être, votre gestion du stress, et votre capacité à transmettre.

**METAFORM EXCELLENCE** est née pour vous accompagner plus loin : de la maîtrise linguistique à la maîtrise de soi, de la compétence à l'épanouissement global.

Notre nouveau pôle propose une gamme complète de formations et d'ateliers pour renforcer les piliers fondamentaux de votre réussite :



# Sauveteur Secouriste du Travail



**Objectif :** Apprendre les gestes de premiers secours et les conduites à tenir en cas d'accident du travail (y compris les nouvelles recommandations si applicables).



**Public cible :** Aucun prérequis nécessaire. Formation en groupe.



**Bénéfices :** Vous devenez opérationnel et confiant pour intervenir efficacement et sans délai, assurant ainsi la sécurité de vos collègues et de votre environnement de travail. C'est un engagement responsable et citoyen au service de tous.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Durée :** 14h

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**





## Recyclage : SST



**Objectif :** Apprendre les gestes de premiers secours et les conduites à tenir en cas d'accident du travail (y compris les nouvelles recommandations si applicables).



**Public cible :** Toute personne titulaire d'un certificat SST de moins de 24 mois. Formation en groupe.



**Bénéfices :** Vous restez opérationnel et confiant pour intervenir efficacement et sans délai, assurant ainsi la sécurité de vos collègues et de votre environnement de travail. C'est un engagement responsable et citoyen au service de tous.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Durée :** 7h

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**







## SOPHROLOGIE

# Développement personnel



**Objectif :** Vous fournir des outils concrets de la sophrologie (relaxation dynamique et visualisation positive) pour mieux gérer le stress, l'anxiété et les émotions, afin de retrouver un équilibre mental durable.



**Public cible :** Toute personne souhaitant améliorer sa qualité de vie psychologique, prévenir le burn-out, gérer des périodes de transition ou simplement développer une meilleure connaissance de soi.



**Bénéfices :** Vous apprendrez à lâcher prise, à mobiliser vos ressources intérieures et à installer un état de calme profond. En séances individuelles, le programme est adapté spécifiquement à vos besoins et à votre rythme, garantissant un maximum d'efficacité.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** protocole individualisé

**Durée moyenne :** 5 à 10 séances de 1h

*Réalisation avec une praticienne certifiée RNCP*

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**







## SOPHROLOGIE

# Amélioration du quotidien



**Objectif :** Puiser dans les ressources intérieures pour harmoniser le corps et l'esprit et retrouver tout votre potentiel.



**Public cible :** Toute personne désireuse d'améliorer son quotidien.



**Bénéfices :** Vous apprenez à lâcher-prise, à mieux gérer vos émotions, à installer un mieux-être au quotidien. Les thématiques seront définies avec le groupe.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** Session de groupe (min de 4 participants)

**Durée :** 1h par session thématique

*Réalisation avec une praticienne certifiée RNCP*

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**







## HYPNOSE

# Gestion du stress & de la pression professionnelle



**Objectif :** Identifier et modifier les schémas de pensée ou les comportements limitants. Accélérer la transformation personnelle pour atteindre des objectifs spécifiques (gestion des phobies, arrêt de certaines habitudes, renforcement de la motivation, etc.).



**Public cible :** Toute personne cherchant une approche rapide et puissante pour dépasser des blocages psychologiques, émotionnels ou comportementaux tenaces.



**Bénéfices :** Vous expérimentez un état de relaxation profonde qui facilite l'accès à vos ressources intérieures. L'approche est entièrement sur mesure pour vous permettre de reprendre le contrôle et de créer de nouvelles solutions intérieures efficaces.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** individuel ou en groupe

**Durée :** à définir en fonction de votre objectif

*Réalisation avec un praticien certifié  
en hypnose Ericksonienne*

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**







## HYPNOSE

# Optimisation des Capacités



**Objectif :** Identifier une ressource qui vous fait défaut dans votre vie professionnelle (confiance en soi, concentration, etc.) et accéder à votre changement personnel pour atteindre vos objectifs (prise de parole en réunion, gestion d'un projet complexe, gestion d'une équipe, etc.).



**Public cible :** Toute personne cherchant une approche rapide et puissante pour dépasser des blocages psychologiques, émotionnels ou comportementaux tenaces.



**Bénéfices :** Vous expérimentez un état de relaxation profonde qui facilite l'accès à vos ressources intérieures. L'approche est entièrement sur mesure pour vous permettre de reprendre le contrôle et de créer de nouvelles solutions intérieures efficaces.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** individuel ou en groupe

**Durée :** à définir en fonction de votre objectif

*Réalisation avec un praticien certifié  
en hypnose Ericksonienne*



**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**



## Optimisation du Sommeil



**Objectif :** Le but est d'apprendre à mettre votre mental sur "pause" pour retrouver un endormissement rapide et naturel.



**Public cible :** Toute personne qui redoute le moment du coucher, qui tourne et retourne ses dossiers dans sa tête, ou qui se sent bloquée par une fatigue chronique.



**Bénéfices :**

- Relaxation flash : Un état de détente immédiat pour court-circuiter les pensées parasites.
- Sur-mesure : Une méthode personnalisée pour reprendre les commandes de vos soirées.
- Efficacité naturelle : Vous créez de nouveaux réflexes pour vous endormir sans effort et vous réveiller prêt à agir.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** individuel ou en groupe

**Durée :** à définir en fonction de votre objectif

*Réalisation avec une praticienne certifiée*

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**







## HYPNOSE

# Renforcement de la confiance en soi



**Objectif :** Identifier vos manques (confiance, concentration) et activer vos ressources pour réussir vos défis : prises de parole, projets complexes et management.



**Public cible :** Toute personne cherchant une approche rapide et puissante pour dépasser des blocages psychologiques, émotionnels ou comportementaux tenaces.



**Bénéfices :**

- Relaxation profonde : Accès immédiat à vos ressources cachées.
- Sur-mesure : Reprise de contrôle totale sur vos émotions.
- Solutions : Création de nouveaux réflexes pour atteindre vos buts.



**Lieu :** à Metaform Langues ou dans vos locaux



**Format :** individuel ou en groupe

**Durée :** à définir en fonction de votre objectif

*Réalisation avec une praticienne certifiée*

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**





## Reconstruction de l'apprentissage



**Objectif :** Les séances vous apprennent comment fonctionne votre cerveau pour apprendre plus facilement et plus vite. Vous découvrirez des méthodes de travail simples et sur mesure, vous aidant à mieux vous organiser, à gérer votre temps et à rester motivé, transformant les difficultés en succès.



**Public cible :** Toute personne qui souhaite optimiser ses stratégies d'apprentissage, qui cherche simplement à reprendre confiance en elle face aux défis éducatifs ou qui rencontre des difficultés ou troubles de l'apprentissage.



**Bénéfices :** Vous apprendrez des techniques pour mémoriser durablement et vous concentrer avec moins d'effort, vous optimiserez votre temps de travail et vous gagnerez en confiance. En d'autres mots, vous ne luttez plus contre l'apprentissage, vous le dirigez.



**Lieu :** à Metaform Langues, dans vos locaux ou en visio.



**Durée :** à définir en fonction de votre objectif

**Pour plus  
d'informations,  
contactez-nous.**





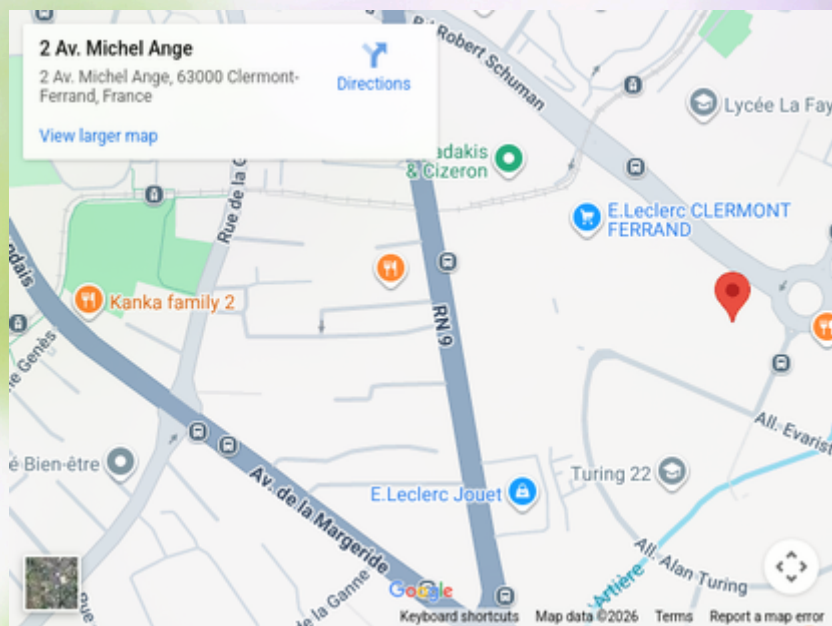


**NOUS CONTACTER**



Nous vous recevons avec ou sans rdv :

**2 avenue Michel Ange 63000 CLERMONT-FERRAND**



Une équipe souriante et bienveillante vous répond au :

**04 73 28 00 72**

Vous préférez écrire ? Nous, on adore répondre :

**[metaform@metaform-langues.fr](mailto:metaform@metaform-langues.fr)**

FOLLOW US





# Procédure d'accueil des personnes en situation de handicap

Chez Metaform, nous avons pour objectif de faciliter l'accès des individus en situation de handicap aux formations que nous proposons. L'objectif principal est d'adopter des pratiques inclusives afin de garantir une égalité d'accès aux connaissances pour tous.

**Nous désirons prendre part à la formation des personnes en situation de handicap afin de garantir un accès équitable à l'apprentissage pour tous !**

## 1- Informer sur les modalités de la formation

Nous nous engageons à fournir des informations complètes et précises sur nos offres de formation. Nous nous engageons donc à fournir une description détaillée du programme de chaque formation afin de répondre à toutes les interrogations éventuelles de nos participants.

## 2- Répondre aux besoins de nos apprenants

Nous mettons à disposition un formulaire d'évaluation des besoins (diagnostic des besoins) pour identifier d'éventuelles adaptations requises.

Le diagnostic des besoins sera examiné afin de recueillir toute nécessité d'adaptation, et nous déploierons les ressources nécessaires pour garantir un accueil optimal du participant et le bon déroulement de la session de formation.

Chez Metaform Langues, il est primordial de maintenir une approche non discriminatoire. La bienveillance est essentielle, en ajustant notre langage en fonction des niveaux de compréhension. Pour nous, il est crucial de prendre en considération les besoins de l'apprenant et d'adapter notre formation à ses défis dans la mesure du possible.

## 3- Consultation sur les besoins en matière d'accessibilité et de bien-être

L'équipe de Metaform peut vous demander :

- Si vous êtes bénéficiaire de la reconnaissance de travailleur handicapé.
- Si vous rencontrez des contraintes en lien avec votre handicap.
- Si des ajustements doivent être envisagés pour votre environnement de travail.
- Si vous vous sentez bien. Si vous avez besoin d'aide...

Cependant, nous ne vous demanderons en aucun cas :

- Le type ou l'origine du handicap.
- Des détails médicaux.
- Des informations personnelles.

En résumé, l'approche doit être centrée sur les besoins et le bien-être de la personne en situation de handicap, tout en évitant toute intrusion dans sa vie privée ou toute demande de renseignements inappropriée.

## 4- Personnalisation de nos formations et ajustements

Voici quelques exemples de modifications envisageables :

- Pour les troubles visuels : fournir des documents dans des formats accessibles, tels les documents audios ou les documents électroniques pouvant être lus par des lecteurs d'écran. Encourager la participation active des apprenants souffrant de handicap visuel en favorisant les interactions verbales, les discussions de groupe et les activités pratiques qui ne reposent pas uniquement sur le sens de la vue.
- Pour les troubles auditifs : s'assurer que les salles de classe sont bien éclairées et que les informations importantes sont également présentées visuellement, par exemple à l'aide de présentations PowerPoint ou d'un tableau blanc. Si nécessaire, fournir les services d'un interprète en langue des signes pour traduire les cours en temps réel, utiliser des gestes, ainsi que des expressions faciales ou un langage corporel clair pour renforcer la communication avec les apprenants malentendants. Enfin, s'assurer d'être face à l'apprenant tant que l'on parle, articuler pour faciliter la lecture sur les lèvres.
- Pour les personnes souffrant de handicap mental : faire preuve de disponibilité et d'empathie, utiliser un langage adapté. Féliciter et encourager les progrès réalisés, en mettant l'accent sur leurs réussites et en fournissant un retour d'information constructif pour aider à s'améliorer.
- Pour les personnes souffrant de handicap psychique : créer un environnement calme, structuré et non menaçant qui favorise le bien-être émotionnel et réduit les sources de stress. Eviter de contredire l'apprenant et de répéter plusieurs fois la même question.
- Pour les personnes souffrant de handicap moteur : dès l'arrivée de la personne, s'assurer qu'elle ne rencontre aucun obstacle physique sur son chemin. Aménager des espaces de travail spacieux et ergonomiques pour permettre une circulation facile et confortable aux personnes en fauteuil roulant. Selon les besoins spécifiques de chaque apprenant, éventuellement assister pour la manipulation du matériel ou la prise de notes.
- Pour les personnes souffrant de handicap cognitif (trouble dys par exemple) : fournir du matériel pédagogique adapté, tel que des polices de caractères faciles à lire, des documents avec un espacement approprié entre les lignes et des supports visuels clairs et simples. Donner des instructions claires, simples et concises, en évitant les termes techniques ou les formulations complexes qui pourraient entraîner de la confusion chez les apprenants.

Cette liste est non exhaustive, les ajustements seront adaptés à chaque personne et à chaque situation.

Dans toutes les situations, nous encouragerons et valoriserons les progrès des apprenants souffrant de handicap, en reconnaissant leurs efforts et en mettant en avant leurs réussites pour renforcer leur motivation et leur estime de soi. Pendant toute la durée de la formation, nous vérifierons régulièrement l'efficacité des ajustements réalisés.

Dans cette optique, nous solliciterons régulièrement les apprenants pour recueillir leurs impressions sur l'efficacité des mesures prises.



# Charte RSE & Transition Écologique

## Notre engagement

Chez METAFORM LANGUES, nous croyons que la formation ne se limite pas à la transmission des savoirs, mais qu'elle doit aussi contribuer positivement à la société et à l'environnement.

À travers nos activités, nous intégrons des principes de responsabilité sociétale (RSE) et de transition écologique, adaptés à la taille et aux moyens de notre organisme.

## 1. Accessibilité & inclusion

- Un référent handicap est désigné pour accompagner les apprenants ayant des besoins spécifiques.
- Nos supports pédagogiques sont conçus pour être accessibles (typographies lisibles, contrastes adaptés, alternatives numériques).
- Nous sensibilisons nos formateurs et partenaires à l'inclusion et à la lutte contre toute forme de discrimination.

## 2. Pratiques écoresponsables

- Nous limitons les impressions papier, en privilégiant la dématérialisation des documents (supports numériques, émargement digital).
- Lorsque l'impression est nécessaire, nous utilisons du papier recyclé et imprimons en recto-verso.
- Nos salles et bureaux adoptent des écogestes quotidiens : extinction des lumières et équipements, tri sélectif, réduction de la consommation d'eau.

## 3. Mobilité & organisation des formations

- Nous favorisons le télétravail, la visioconférence et les classes virtuelles pour limiter les déplacements.
- Lorsque des déplacements sont nécessaires, nous encourageons l'usage des transports en commun ou du covoiturage.

## 4. Sensibilisation des apprenants

- Dans nos formations, nous intégrons, lorsque cela est pertinent, des références aux enjeux du développement durable et de la responsabilité sociétale.
- Nous valorisons les initiatives des stagiaires et partenaires en matière d'écoresponsabilité.

## 5. Choix de nos partenaires

- Nous privilégions les prestataires locaux ou engagés dans des démarches responsables (imprimeurs, fournisseurs).
- Nous encourageons l'usage de matériels et fournitures respectueux de l'environnement.

## 6. Amélioration continue

- Chaque année, nous définissons 3 à 5 actions concrètes pour renforcer notre impact positif (ex. : réduction des impressions, sensibilisation au tri, meilleure accessibilité numérique).
- Nos engagements sont régulièrement révisés et communiqués à nos formateurs, apprenants et partenaires.



# Conditions générales de vente

## OBJET

Les conditions générales de vente décrites ci-après détaillent les droits et obligations de la société Metaform Langues et de son Client dans le cadre de la prestation de tous les services (formation, traduction, interprétariat) proposés par Metaform Langues, 2 Avenue Michel-Ange 63000 CLERMONT-FERRAND, SAS au capital de 15.000€ - RCS Clermont-Ferrand B332663954 - TVA intracommunautaire FR 0233266395400052.

Toute prestation accomplie par la société Metaform Langues implique donc l'adhésion sans réserve de l'acheteur aux présentes conditions générales de vente.

## PRIX

Les prix des services vendus sont ceux en vigueur au jour de la prise de commande. Ils sont libellés en euros et calculés hors taxes. Par voie de conséquence, ils seront majorés du taux de TVA et des frais de transport applicables au jour de la commande.

## RABAIS, REMISES, RISTOURNES

Les tarifs proposés comprennent les rabais, remises, ristournes que la société Metaform Langues serait amenée à octroyer compte tenu de ses résultats ou de la prise en charge par l'acheteur de certaines prestations.

## ESCOMPTE

Aucun escompte ne sera consenti en cas de paiement anticipé.

**MODALITES DE PAIEMENT** Sauf stipulation contraire prévoyant le recours à l'affacturage les factures sont réglables par billet à ordre, carte bancaire, chèque, espèces, prélèvements, traite, virement.

Les factures établies par Metaform Langues sont payables au plus tard dans un délai de 30 jours, ou selon les échéances préalablement convenues. La date portée sur la facture constituant ainsi le point de départ du délai de paiement.

Toute action de formation (stage ou cycle) débutée est due dans son intégralité.

## RETARD DE PAIEMENT

EN CAS DE DÉFAUT DE PAIEMENT TOTAL OU PARTIEL DE NOS PRESTATIONS, L'ACHETEUR DOIT VERSER À LA SOCIÉTÉ METAFORM LANGUES UNE PÉNALITÉ DE RETARD ÉGALE À TROIS FOIS LE TAUX D'INTÉRÊT LÉGAL APPLICABLE. LE TAUX DE L'INTÉRÊT LÉGAL RETENU EST CELUI EN VIGUEUR AU JOUR DE LA COMMANDE.

Cette pénalité est calculée sur le montant TTC de la somme restant due, et court à compter de la date d'échéance du prix sans qu'aucune mise en demeure préalable ne soit nécessaire.

Montant de l'indemnité forfaitaire pour frais de recouvrement d'un montant de 40 euros en cas de retard (article D.441-5 du Code de Commerce).

## FORCE MAJEURE

La responsabilité de la société Metaform Langues ne pourra être mise en œuvre si la non-exécution ou le retard dans l'exécution de l'une de ses obligations décrites dans les présentes conditions générales de vente découle d'un cas de force majeure. A ce titre, la force majeure s'entend de tout événement extérieur, imprévisible et irrésistible au sens de l'article 1148 du Code civil.

## PROTECTION DES DONNÉES PERSONNELLES

Metaform Langues veille à protéger toutes les données personnelles du client. Ces données sont destinées uniquement à Metaform Langues et ne sont en aucun cas vendues, données, cédées ou échangées.

## TRIBUNAL COMPÉTENT

Tout litige relatif à l'interprétation et à l'exécution des présentes conditions générales de vente est soumis au droit français.

A défaut de résolution amiable, le litige sera porté devant le Tribunal de Commerce de CLERMONT-FERRAND.



# METAFORM

LANGUES

**2 avenue Michel Ange 63000 CLERMONT-FERRAND**

