

PROGRAMME DE FORMATION CONTINUE 2024

de la République et Canton du Jura

WWW.JURA.CH/COURS

JURA RE **CH** RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA

Service des ressources humaines

Sommaire

Parcours de formation

[Responsables d'équipe](#)

Spécialistes externes

[Situations complexes au travail](#)

[Diversité culturelle](#)

[Intervision](#)

[Inspirer et motiver ses collaborateurs](#)

[Piloter un projet](#)

[Intelligence artificielle](#)

[Confiance au quotidien](#)

[Equilibre de vies](#)

[Communiquer de manière bienveillante](#)

[Décider vite et juste](#)

[Stratégie de l'audace](#)

[Expression orale](#)

[Rédiger un discours ou une intervention](#)

Spécialistes internes

[Bulletin de salaire](#)

[Entretiens de sélection](#)

[Protection des données](#)

[Agilité organisationnelle](#)

[Contentieux](#)

[Médias audiovisuels](#)

[Stress](#)

[Administration numérique](#)

[Entretiens difficiles](#)

[Ordre juridique](#)

[Mise au concours attractive](#)

[Processus financiers et budgétaires](#)

[Fonctionnement de l'Etat](#)

Informatique & Langues

[Cours informatiques](#)

[Cours de langue ou tandem linguistique](#)

Santé et sécurité au travail

[Alimentation équilibrée](#)

[Absences](#)

[Situations de violence](#)

[Self défense](#)

[Premiers secours](#)

Offre traditionnelle

[Retraite](#)

[S'engager dans la vie professionnelle](#)

[Bilan professionnel](#)

Capsules

[Harcèlement](#)

[Ergonomie du poste de travail](#)

[Prévention des accidents](#)

[Auto-organisation](#)

[Renseignements : page 41](#)

Parcours pour les responsables d'équipe

Objectifs

- Développer une culture commune en matière de gestion des ressources humaines au sein de l'administration cantonale
- Permettre aux participants de rester en contact après les modules sous la forme d'une communauté de responsables d'équipe

Programme

- Kick off :
9 septembre 2024 (8 h 30 - 12 h 00)
- Module 1 : connaissance de soi - évaluation préalable - fondement du parcours de responsable d'équipe :
23 septembre 2024 / 30 septembre 2024 (11 h - 12 h) / 7 octobre 2024
- Module 2 : communication et relations :
6 novembre 2024 (11 h - 12 h) / 13 novembre 2024 / 20 novembre 2024 (11 h - 12 h) / 27 novembre 2024
- Module 3 : direction d'une équipe :
8 janvier 2025 (11 h - 12 h) / 15 janvier 2025 / 22 janvier 2025 (11 h - 12 h) / 29 janvier 2025
- Module 4 : décisions et gestion du changement :
5 mars 2025 (17 h - 18 h) / 12 mars 2025 / 19 mars 2025 (17 h - 18 h) / 26 mars 2025
- Module 5 : organisation personnelle et conduite au sein d'une administration publique :
5 mai 2025 (17 h - 18 h) / 12 mai 2025 / 19 mai 2025 (17 h - 18 h) / 26 mai 2025
- Kick out :
16 juin 2025 (8 h 30 - 12 h 00)

Public cible

Obligatoire : chefs de service, chefs de service adjoints, délégués, responsables de secteur
Selon les besoins : autres responsables d'équipe

Informations pratiques

Journées de formation : 8 h 30 - 17 h 00
Cours d'une heure : points de situation en ligne
Delémont

Animation



Sylvie Corthésy Delacroix,
AvenirFormation



Yvan Delley,
AvenirFormation



Vincent Musolino,
AvenirFormation

& Collaborateurs CHA & TRG

Adopter la bonne attitude lors de situations complexes au travail

Objectifs

- Identifier les signes précurseurs des situations difficiles au travail
- Comprendre les conséquences néfastes des environnements de travail difficiles sur la santé mentale et physique
- Acquérir des compétences de communication pour gérer efficacement les conflits au travail
- Apprendre à mettre en place des mécanismes d'auto-soin et de gestion du stress en situation difficile
- Développer des stratégies pour créer un environnement de travail plus sain et positif

Méthodes

- Étude de cas concrets : analyse des exemples réels de situations difficiles au travail, en mettant en lumière les problèmes et les solutions possibles. Discuter de ces cas pour favoriser la compréhension et la réflexion
- Mises en situation : exercices de mise en situation où les participants jouent différents rôles pour comprendre comment réagir face à des situations difficiles
- Ateliers de communication : ateliers pratiques axés sur l'amélioration des compétences en communication, notamment la gestion des conflits / violence et la communication assertive
- Expertise et témoignages
- Support visuel / témoignages victimes

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1.5 jour

Vendredi 1^{er} mars 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Vendredi 15 mars 2024, 8 h 30 - 12 h 00

Delémont

Animation



Nathalie Riesen,
Intervenante en soutien psychosocial, experte en relation d'aide aux victimes de relations toxiques (couple / famille / entreprises / éducation)

Gérer la diversité culturelle dans les mesures d'insertion professionnelle

Objectifs

- Expliciter ce qui peut être entendu par culturel et différencier les aspects propres à chaque individu
- Mettre en perspective la "culture suisse" et réfléchir aux valeurs et attentes propres, aux différences et similitudes
- Identifier et prévenir autant que possible l'impact de biais culturels dans la pratique professionnelle
- Reconnaître et identifier le phénomène de discrimination dans l'insertion professionnelle
- Initier l'échange autour des "dimensions culturelles" dans la communication transculturelle

Méthodes

- Exercices participatifs, travail en sous-groupe, exposé et présentation informatique
- Analyse de cas, élaboration de pistes de travail et échanges de bonnes pratiques
- Jeux de rôles, théâtre forum
- Réflexion et questionnement individuels sur la posture personnelle et professionnelle
- Analyse de documents audiovisuels
- Brainstorming et discussion en plénum

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 jour
Mercredi 6 mars 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Delémont

Animation



Andrés Guarín,
Formateur à l'Organisation suisse d'aide aux réfugiés (OSAR)

Maîtriser la méthodologie de l'intervision (conseils efficaces entre collègues)

Animation



Philippe Domont,
Coach en entreprise,
médiateur, formateur

Objectifs

- Connaître la méthodologie de l'intervision (étapes du conseil par le groupe, posture)
- Savoir modérer une séance de conseil en groupe (concentration sur le cas, gestion du temps et des interactions, gérer la tendance à la dispersion par les "discussions", notes rapides sur tableau papier)
- Découvrir les conditions qui permettent à une intelligence collective de s'exprimer (écoute soutenue, simplicité, bienveillance, créativité)
- Savoir comment créer et gérer un groupe d'intervision (avec des collègues de divers services ou avec sa propre équipe)
- Savoir pratiquer une posture d'écoute de haute qualité, éviter le piège des conseils bien intentionnés et des discussions peu efficaces
- Connaître le processus et les postures recommandés pour une séance d'intervision efficace

Méthodes

- Mise en situation réelle (application de la méthodologie "intervision" à des situations professionnelles concrètes des participants)
- Implication des participants : modération de séances d'intervision, apport de cas personnels
- Brefs apports théoriques et informations pratiques
- Évaluation des séances d'intervision et échanges en groupe
- Distribution d'un document de cours complet

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1.5 jour
Jeudi 14 mars 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Jeudi 13 juin 2024, 13 h 30 - 17 h 00
Delémont

Inspirer et motiver ses collaborateurs

Objectifs

- Comprendre le phénomène de la motivation
- Intégrer les ressorts de l'action et les obstacles à la motivation
- Connaître ses propres ressorts
- Savoir agir sur les bons moteurs
- Savoir inspirer et motiver en situation difficile

Méthodes

- Echanges d'expériences et débats
- Tests et mises en situation
- Etudes de cas
- Jeux de rôle
- Supports théoriques

Public cible

Cadres et spécialistes

Informations pratiques

2 jours

Lundi 18 mars 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mardi 19 mars 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Franck Le Vallois,
Gouvernances.ch

Piloter un projet

Objectifs

- Intégrer les enjeux du management par projet (ou transversal) : avantages et risques
- S'approprier les conditions de réussite d'un pilotage de projet (vs les raisons de l'échec)
- Savoir passer d'une idée au cycle de vie d'un projet et à ses différentes phases
- Connaître les qualités et compétences du chef de projet
- Savoir gérer les différents partenaires, les responsabilités et mener le projet à son terme

Méthodes

- Echanges d'expériences et débats
- Tests, études de cas et mises en situation
- Analyse et pratique du cycle de vie d'un projet
- Supports théoriques

Public cible

Cadres et spécialistes

Informations pratiques

2 jours

Mardi 23 avril 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mercredi 24 avril 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Franck Le Vallois,
Gouvernances.ch

S'engager dans l'intelligence artificielle au sein de l'administration publique

Objectifs

- Acquérir une compréhension de base de l'intelligence artificielle (IA)
- Obtenir une vue d'ensemble des technologies supplémentaires et des tendances émergentes associées à l'IA (par exemple régulation de l'IA)
- Savoir comment les machines "apprennent"
- Identifier et discuter des possibilités d'application de l'IA
- Connaître les défis à relever lors de la mise en œuvre dans l'administration publique

Méthodes

- Cours ex cathedra
- Etudes de cas
- Courts exercices en ligne
- Discussions et débats

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 jour
Vendredi 3 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Delémont

Animation



Prof. Dr. Tobias Mettler,
Professeur ordinaire, Institut
de hautes études en
administration publique
(IDHEAP), Université de
Lausanne

Renforcer la confiance au quotidien et gagner en assurance et en efficacité

Objectifs

- Comprendre et pratiquer les mécanismes de l'estime de soi, pilier de la confiance en soi
- Augmenter la confiance en soi
- Favoriser le développement de l'estime de soi et de la confiance chez les autres
- Renforcer son potentiel dans l'univers professionnel
- Donner confiance, faire confiance, gagner la confiance : c'est gagner en assurance, gage de réussite individuelle et collective

Méthodes

- Faire le point sur soi-même
- Adapter ses objectifs aux circonstances
- Développer la confiance en son corps, son regard et sa posture
- Faire entendre sa voix et trouver une approche authentique
- Créer un climat de confiance dans ses relations professionnelles

Public cible

Tout public

Informations pratiques

3 jours

Lundi 6 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mardi 7 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mercredi 8 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Danièle Pahud,
Formatrice, coach
professionnelle, médiatrice,
spécialiste de la prévention
du burnout

Réussir son équilibre de vies professionnelle, familiale et personnelle

Objectifs

- Donner du sens à sa vie professionnelle, actionner les leviers de la motivation
- Donner du sens à sa vie privée
- Réajuster ses valeurs et vivre en adéquation avec elles
- Organiser son temps pour l'essentiel
- Construire un nouveau schéma d'organisation en explorant les possibles

Méthodes

- Brèves théories
- Travail individuel, outils du coaching
- Travail de groupe
- La créativité au service de son organisation, temps-vie, temps-travail
- Mise en place de l'objectif équilibre de vies et transfert avec programmation de réussite

Public cible

Tout public

Informations pratiques

3 jours

Lundi 13 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mardi 14 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mercredi 15 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Danièle Pahud,
Formatrice, coach
professionnelle, médiatrice,
spécialiste de la prévention
du burnout

Communiquer de manière bienveillante

Objectifs

- Inscrire sa réalité professionnelle communicationnelle (la communication n'est ni simple, ni naturelle, ni spontanée) pour en faire des situations innovantes productrices de sens (bien-être, motivation, efficacité et résilience face aux changements)
- Apprendre à mieux dialoguer afin de construire des relations durables et respectueuses envers les autres et soi-même
- Mieux comprendre nos propres ressentis et ceux de nos collègues afin de faciliter le dialogue
- Échanger de façon plus harmonieuse et authentique, s'exprimer librement tout en respectant les autres
- Oser exprimer ses besoins et ses limites
- Comprendre ce qui favorise et ce qui entrave la communication bienveillante

Méthodes

- Favoriser les expériences communicationnelles bienveillantes avec des mises en situation
- Méthodes expressives et créatives
- Echanger sur les pratiques professionnelles
- Favoriser la co-construction de moyens facilitateurs pour favoriser les succès et lever les obstacles

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 jour
Jeudi 23 mai 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Delémont

Animation



Dominique Wohlhauser,
Psychologue FSP-
psychothérapeute ASP,
psychologie du travail et
psychologie du conseil et de
l'orientation, diplômée en
psychothérapie expressive,
accompagnatrice en
portfolio-bilans de
compétences et formatrice
avec brevet fédéral

Décider vite et juste

Objectifs

- Découvrir les fondamentaux de la prise de décision
- Mesurer l'impact de mon style de fonctionnement personnel et de mes biais cognitifs sur mes décisions
- Intégrer les dimensions rationnelles, intuitives et émotionnelles dans ma prise de décision
- S'approprier différents modèles de prise de décision dans des situations courantes, complexes et stratégiques

Méthodes

- Echanges d'expériences
- Ateliers pratiques
- Etudes de cas amenés par les participants
- Mises en situation et expérimentation de techniques de prise de décision

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 jours

Lundi 10 juin 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mardi 11 juin 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



David Savoy,
Spécialiste de la formation,
fondateur de Unlearn

Oser ne se décrète pas : la stratégie de l'audace

Objectifs

- Initier, créer ou recréer une dynamique positive (motivation et engagement au sein d'une équipe)
- Identifier les freins et y remédier (notamment la délégation ascendante)
- Dimensions collectives de l'audace (mimétisme et exemplarité), instaurer une vraie culture de l'audace
- Outils collaboratifs pour mettre en œuvre cette audace (les entretiens collaboratifs et communication à fort impact)

Méthodes

- Une pédagogie unique, non intrusive et à forte efficacité (sans jeux de rôle ni mise en situation)
- Successions de brefs exposés thématiques et échanges (méthode de la "disputatio" du 12^e siècle)
- Restitutions et débriefings structurants permanents (acquisition instantanée des méthodes et des outils et validation continue des acquis et des aptitudes)
- Validation finale le 2^e jour

Public cible

Cadres et spécialistes

Informations pratiques

2 jours

Judi 29 août 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Vendredi 30 août 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Xavier Camby,
Associé d'Essentiel
Management Conseil



Daniel Beaupré,
Associé d'Essentiel
Management Conseil

Améliorer son expression orale et en tirer bénéfice sur le plan professionnel

Objectifs

- Améliorer son expression orale, quitter le langage écrit et ressentir le plaisir d'être entendu
- Découvrir son potentiel, développer ses compétences et sa confiance en soi, dépasser ses peurs
- Acquérir une concordance entre ses mots et la manière de les dire
- Communiquer en utilisant son corps et sa voix
- Interpréter de manière naturelle et improviser

Méthodes

- Prendre conscience de son potentiel, de ses freins et de ses tics (diagnostic individualisé)
- Travailler et exercer en groupe et individuellement : la respiration, la détente corporelle pour mieux gérer son stress, éliminer ses tics, augmenter sa confiance en soi, libérer sa voix et la rendre agréable à l'écoute, l'utilisation de son corps et de sa voix : attitude, gestes, regard, volume, tonalité, débit et silence, l'interprétation (comment dire ses mots, trouver le ton et la manière de s'exprimer) et l'improvisation (comment trouver ses mots, répondre, rebondir)
- Appliquer les acquis aux situations ou contenus apportés par les participants

Public cible

Tout public

Informations pratiques

3 demi-journées

Mardi 5 novembre 2024, 13 h 30 - 17 h 00

Mardi 12 novembre 2024, 13 h 30 - 17 h 00

Mardi 19 novembre 2024, 13 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Danièle Brahier Franchetti,
DBF Conseil & Formation

Disposer d'outils pour rédiger un discours ou une intervention pour soi ou pour d'autres

Objectifs

- Enrichir ses connaissances, se sentir plus à l'aise, être davantage motivé et éprouver du plaisir à la préparation d'un discours ou d'une intervention
- Acquérir des bases de rhétorique facilitant la construction de discours ou d'interventions plus captivants pour soi ou pour d'autres
- Identifier les questions à résoudre (qui, à qui, pourquoi, quand, où)
- Identifier le ou les messages selon le type de discours ou d'intervention ; savoir être clair et bref
- Utiliser différents registres d'arguments tenant compte du public
- Rédiger le discours en langage oral, dialoguer et capter l'auditoire par des exemples, des images
- Préparer des notes servant de base à la prononciation du discours, y compris des explications si l'orateur diffère du rédacteur

Méthodes

- Chaque participant envoie un discours ou une intervention à la formatrice 2 semaines avant le début du cours et le prend au premier cours
- Exposé des bases de rhétoriques ; support de cours et diapositives théoriques à disposition ; analyse de quelques vidéos
- Examen des discours ou d'interventions pendant les cours et discussion des propositions d'améliorations
- Adaptation des discours ou d'interventions par chaque participant après chaque cours ou, selon l'avancée des projets, envoi d'un nouveau discours ou d'une intervention à la formatrice qui fera parvenir aux rédacteurs les remarques éventuelles

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 demi-journées

Vendredi 8 novembre 2024, 13 h 30 - 17 h 00

Jedi 28 novembre 2024, 13 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Danièle Brahier Franchetti,
DBF Conseil & Formation

Comprendre son bulletin de salaire

Objectifs

- Savoir lire sa fiche de paie
- Identifier et comprendre ses différentes rubriques
- Appréhender et comprendre les notions de traitements bruts et nets, les déductions sociales et les éléments "hors salaire"
- Identifier les assurances sociales et connaître les conditions de leur prélèvement sur le salaire

Méthodes

- Explication générale sur la présentation du bulletin de salaire
- Illustration à l'aide d'exemples des principales rubriques
- Présentation des déductions légales et leur signification
- Questions-réponses

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mardi 5 mars 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Marc Grossenbacher,
Responsable du secteur
Administration du personnel,
SRH

Conduire des entretiens de sélection basés sur les compétences

Objectifs

- Connaître les fondamentaux de l'entretien basé sur les compétences
- Connaître les biais et les risques classiques en entretien et comment s'y préparer
- Etre capable d'identifier les compétences-clés pour une fonction
- Etre capable de rédiger des questions comportementales
- Etre capable de conduire des entretiens de sélection basés sur les compétences

Méthodes

- Exposé
- Partage d'expériences
- Interactivité
- Exercices concrets
- Travail en sous-groupes

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mercredi 27 mars 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Dominique Kohler,
Responsable Recrutement et
Sélection du personnel,
SRH

Comprendre la protection des données

Objectifs

- Etre conscient des obligations à respecter
- Evaluer si un traitement est licite ou non
- Etre conscient de l'ensemble des protections applicables
- Comprendre les risques à éviter

Méthodes

- Explications appuyées par une présentation informatique
- Les participants sont libres de poser toutes les questions en lien avec les sujets
- Les participants peuvent échanger sur leur pratique

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mardi 16 avril 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation

Christian Flueckiger,
Préposé,
PPDT

Découvrir et expérimenter l'agilité organisationnelle

Objectifs

- Comprendre les concepts permettant de mettre en place une organisation agile
- Se familiariser avec les principes et les valeurs de l'agilité
- Identifier les leviers utiles pour réaliser sa propre transformation organisationnelle
- S'inspirer du retour d'expérience du SDI pour mettre en place des équipes autonomes
- Expérimenter un cas concret au travers d'un exercice pratique

Méthodes

- Partie théorique : introduction et découverte de l'agilité
- Retour d'expérience : présentation et discussion autour de la transformation du SDI
- Cas pratique : expérimentation du modèle en petits groupes

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Jeudi 20 juin 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Sébastien Gschwind,
Chef de service adjoint,
SDI



Vincent Schaffter,
Architecte digital,
SDI

Acquérir les bases de la loi sur la poursuite pour dettes et la faillite (contentieux)

Objectifs

- Connaître les bases de la Loi fédérale sur la poursuite pour dettes et la faillite
- Trouver l'office compétent
- Déterminer quelle procédure appliquer
- Maîtriser les différents délais
- Comprendre les documents (procès-verbaux de saisie, actes de défaut de biens, etc.)

Méthodes

- Bases théoriques
- Possibilité de venir avec ses propres cas et questions

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Jeudi 22 août 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Mylène Jolidon,
Préposée a.i.,
OPFP

Répondre de manière convaincante aux sollicitations des médias audiovisuels

Objectifs

- Maîtriser l'exercice de l'interview radio en direct ou en différé
- Être à l'aise devant une caméra
- Comprendre les règles qui régissent un reportage radio ou TV
- S'assurer que le contenu de son message soit compris
- Connaître les règles de communication au sein de la RCJU
- Pratiquer l'interview radio et TV

Méthodes

- Partie théorique sur l'environnement communication à la RCJU
- Partie théorique sur le fonctionnement et les trucs et astuces pour une interview radio
- Partie théorique sur le fonctionnement d'une interview et d'un reportage TV
- Atelier pratique radio
- Atelier pratique TV

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 jours

Jeudi 12 septembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Vendredi 13 septembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Julien Hostettler,
Chef de service,
SIC

& Intervenants externes
spécialisés dans les médias
audiovisuels

Comprendre son stress pour mieux le gérer

Objectifs

- Comprendre le fonctionnement du stress
- Apprendre à identifier les "ingrédients" du stress
- Analyser et évaluer son stress
- Apprendre à le percevoir comme une mobilisation de ressources et avoir ainsi une réaction adaptée
- Aborder quelques méthodes et outils de gestion du stress
- Apprendre à agir face aux signes du stress chronique

Méthodes

- Apports théoriques issus des dernières recherches (psychologie)
- Approche pédagogique pour comprendre les conséquences physiques et psychiques du stress
- Des outils concrets de gestion du stress (approches intégratives corps-esprit - thérapie cognitive et comportementale)
- Des exercices pratiques sous forme de mini-ateliers pour apprendre à analyser et évaluer son stress

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 demi-journées

Lundi 23 septembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00

Lundi 30 septembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00

Delémont

Animation



Nathalie Kamber,
Psychologue
et conseillère en orientation,
COSP



Ana Laura Kraehenbuehl,
Psychologue
conseillère en orientation,
COSP

Positionner le citoyen au centre des considérations grâce à l'administration numérique

Objectifs

- Comprendre les enjeux d'une administration numérique au niveau suisse et dans le Jura
- Prendre connaissance des défis à venir
- Assister les citoyens dans leurs démarches administratives en ligne
- Connaître les services en ligne existants (nationaux, cantonaux et communaux)
- Connaître le fonctionnement des processus de cyberadministration au sein de l'administration

Méthodes

- Exposé : axe numérique dans le programme de législature, cadre de transformation numérique, organisation de la cyberadministration en Suisse et dans le Jura, identité électronique (SwissID, future eID, etc.), processus sans rupture de médias (100 % numérique), services de base et prestations existantes, grands projets à venir
- Partage d'expériences
- Interactivité

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mardi 1^{er} octobre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Xavier Baumgartner,
Responsable du numérique,
SDI



Valentin Philippe,
Responsable du guichet virtuel,
SDI

Mener et gérer des entretiens difficiles

Objectifs

- Accueillir et accompagner un collègue de retour après une absence prolongée
- Echanger avec un collègue confronté à des difficultés
- Recadrer et définir des attentes en cas de dysfonctionnement de la part d'un collègue
- Mener un entretien en cas de conflit interpersonnel ou difficulté de collaboration

Méthodes

- Se préparer à ces entretiens
- Organiser, planifier et mener l'échange
- Anticiper et accompagner la suite
- Assurer un suivi dans la durée

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mardi 8 octobre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Marina Markovic,
Partenaire RH,
SRH

Comprendre la structure de l'ordre juridique, les différentes étapes de la procédure législative et le déroulement d'une procédure administrative

Objectifs

- Connaître les principes généraux de l'Etat de droit et le rôle joué par les différents organes étatiques
- Comprendre la structure de l'ordre juridique et être à l'aise dans la recherche d'une base légale
- Connaître le déroulement d'une procédure législative
- Avoir une vue d'ensemble sur les différentes étapes d'une procédure administrative et connaître les éléments de base applicables à celle-ci

Méthodes

- Exposé de certaines notions théoriques
- Echanges avec les participants
- Recherches faites directement sur internet
- Discussion de cas pratiques de procédure administrative

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Mercredi 6 novembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Romain Marchand,
Chef de service,
JUR

Rédiger une mise au concours attractive pour votre service

Objectifs

- Connaître notre positionnement en tant qu'employeur
- Connaître les évolutions du monde du travail et les défis auxquels nous sommes confrontés
- Etre capable de travailler sur notre marque-employeur dès la mise au concours
- Etre capable de valoriser l'Etat-employeur dans une mise au concours
- Etre capable de rédiger une mise au concours attractive

Méthodes

- Exposé
- Partage d'expériences
- Interactivité
- Exercices concrets
- Travail en sous-groupes

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Jeudi 7 novembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Sophie Beyermann,
Cheffe de service,
SRH



Dominique Kohler,
Responsable Recrutement et
Sélection du personnel,
SRH

Avancer plus efficacement dans ses projets ou ses prestations par la maîtrise des processus financiers et budgétaires de l'Etat

Objectifs

- Connaître et comprendre les règles de travail au niveau financier à suivre au sein de l'Etat
- Anticiper la réservation des ressources financières pour ses projets et ses prestations dans les différentes phases de la planification et du budget
- Faciliter la prise de décision pour les aspects financiers lors de l'autorisation de la dépense (via un e-dossier)
- Organiser le suivi financier du projet ou des prestations du service
- Suivre, à temps, les étapes adéquates en présence d'une insuffisance budgétaire

Méthodes

- Support de cours
- Echanges d'expériences
- Illustration d'exemples de bonnes pratiques adaptés aux attentes prioritaires du public
- Exercices pratiques : études de cas par groupe ou individuellement en fonction des attentes prioritaires du public

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Vendredi 15 novembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Pierre Bersier,
Economiste,
TRG



Christian Froidevaux,
Economiste,
TRG

Comprendre le fonctionnement de l'Etat et son environnement politique

Objectifs

- Maîtriser l'organisation de l'Etat et de l'administration
- Se familiariser avec l'environnement politique de l'administration
- Connaître les processus administratifs et maîtriser les outils
- Appréhender le fonctionnement du Parlement et le traitement des interventions parlementaires
- Connaître les devoirs de l'administration à l'égard des citoyens (transparence, etc.)

Méthodes

- Informations et bases théoriques sur l'organisation de l'Etat
- Divers ateliers pratiques sur l'organisation de l'Etat, le traitement d'une intervention, le droit à la transparence, l'environnement politique
- Support de cours

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Vendredi 22 novembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Jean-Baptiste Maître,
Chancelier d'Etat

& Collaborateurs CHA

Cours informatiques

Besoin ou envie de progresser grâce à un cours informatique ?

N'hésitez pas à nous contacter :

Jonathan Chevrolet

Responsable de la formation continue

jonathan.chevrolet@jura.ch

032 420 58 94

Cours de langue ou tandem linguistique

Besoin ou envie de progresser grâce à un cours de langue ou à un tandem linguistique ?

N'hésitez pas à nous contacter :

Jonathan Chevrolet

Responsable de la formation continue

jonathan.chevrolet@jura.ch

032 420 58 94

Concilier alimentation équilibrée et vie professionnelle

Objectifs

- Connaître les recommandations pour une alimentation équilibrée
- Reconnaître les contraintes liées à sa vie professionnelle
- Savoir se composer un repas et des en-cas équilibrés à consommer dans sa journée de travail
- Connaître l'importance des aspects sensoriels dans l'alimentation
- Atelier de dégustation

Méthodes

- Apport théorique
- Ateliers participatifs
- Animations sous forme de dégustation

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Jeudi 28 mars 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Eva Schilter,
Diététicienne,
Unisanté

Prévenir et gérer les absences au sein de son service

Objectifs

- Sensibiliser aux enjeux liés à l'absentéisme
- Associer le cadre légal à la gestion des absences
- Reconnaître les signes avant-coureurs et prévenir les absences
- Connaître et appliquer le processus de gestion des absences
- Adopter une attitude adéquate vis-à-vis des collaborateurs absents

Méthodes

- Présentation interactive
- Apport théorique
- Mise en pratique avec jeux de rôle
- Travail individuel et en groupe
- Discussion, échanges d'expériences

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 demi-journée
Jeudi 6 juin 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Dominique Fleury,
Spécialiste en gestion de
la santé au travail,
Groupe Mutuel

Prévenir et gérer les situations de violence dans le cadre de son activité

Objectifs

- Connaître les facteurs générateurs de stress et de violence en soi et chez ses interlocuteurs
- Comprendre comment les "agressions" influencent nos réactions pour en garder le contrôle
- Entraîner les techniques de communication favorisant la création du lien et la désescalade
- Poser des limites aux personnes qui nous mettent en difficulté
- Connaître les techniques pour gérer les insultes, menaces, réactions auto-agressives
- Elever les ressources personnelles favorisant le lâcher prise post-événement

Méthodes

- Apports théoriques
- Etudes de cas proposés par les participants
- Ateliers de réflexion individuels et en groupe
- Elaboration personnalisée de stratégies de gestion
- Mises en situation

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 jours

Lundi 24 juin 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Mardi 25 juin 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Laurent De Pasquale,
Fondateur de Crescendo Formation

Faire face à l'agressivité (self défense)

Objectifs

- Comprendre l'impact de son langage corporel et verbal
- Comprendre les principaux éléments qui mènent à la sélection d'une cible
- En cas d'agression verbale, apprendre à adapter son langage verbal et son positionnement pour permettre une désescalade de la violence
- En cas d'agression physique, apprendre à se dégager afin de pouvoir continuer à poser des limites verbales et appeler à l'aide
- Tester ses capacités physiques de défense afin de renforcer la confiance et dépasser ses peurs lors d'interactions agressives

Méthodes

- Apport théorique
- Exercices et jeux de rôle
- Expérimentation d'outils de prévention en petits groupes
- Test des capacités physiques de défense
- Apprentissage de techniques de frappe

Public cible

Tout public

Informations pratiques

2 jours

Mercredi 25 septembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Judi 26 septembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Animation



Daphné Jaquet Chiffelle,
Directrice de l'école
d'autoprotection Tatout,
formatrice d'adultes BFFA



Martial Robellaz,
Formateur d'adultes BFFA

Assurer les premiers secours en toutes circonstances

Animation



Objectifs

- Donner correctement l'alarme et tenir compte de sa propre sécurité
- Identifier et évaluer les situations d'urgence, infarctus du myocarde et accident vasculaire cérébral inclus
- Pratiquer les gestes de réanimation cardio-pulmonaire sur les mannequins adultes, enfants et bébés avec utilisation simultanée du défibrillateur
- Pratiquer la mise en position latérale de sécurité et la désobstruction des voies aériennes supérieures
- Gérer les hémorragies, cas traumatiques, brûlures, accidents électriques, intoxications, lésions oculaires, convulsions, malaises et les situations de stress
- Obtenir une certification BLS AED SRC valable 2 ans qui permet de rejoindre le réseau des premiers répondants

Méthodes

- Explications théoriques
- Exercices pratiques à l'aide de mannequins et de défibrillateurs d'exercices
- Simulations de cas
- Instruction "face à face" et feed-back sur la qualité des mesures prises
- Discussions

Public cible

Tout public

Informations pratiques

1 journée

Session 1 : Lundi 4 novembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Session 2 : Jeudi 14 novembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Session 3 : Mercredi 4 décembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00

Delémont

Se préparer à la retraite

Objectifs

- Préparer le passage vers la vie post-professionnelle, le changement et les transitions inhérents à ce passage (finances, temps, relations, projets et sens de sa vie)
- Anticiper sa retraite au niveau financier (AVS, LPP, patrimoine, succession et fiscalité)
- Maintenir son capital bien-être physique et psychologique (santé et alimentation)
- Anticiper sa retraite au niveau du temps libéré et du temps partagé
- Anticiper sa retraite au niveau des relations amicales, de couple et de son réseau
- Choisir son rôle dans la société et par rapport aux autres générations
- Inscire cette étape dans son cycle de vie

Méthodes

- Présentation des thèmes spécifiques avec des conseils et outils pratiques
- Réflexions personnelles, de couple, en groupe sur les éléments évoqués
- Echanger entre personnes s'approchant de la vie post-professionnelle

Public cible

Tout public
Possibilité de venir en couple

Informations pratiques

3 jours
Session 1 : 17 - 19 avril 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Session 2 : 4 - 6 septembre 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Session 3 : 9 - 11 octobre 2024, 8 h 30 - 17 h 00
Delémont

Animation



Dominique Wohlhauser,
Psychologue FSP-
psychothérapeute ASP,
psychologie du travail et
psychologie du conseil et de
l'orientation, diplômée en
psychothérapie expressive,
accompagnatrice en
portfolio-bilans de
compétences et formatrice
avec brevet fédéral

& Spécialistes en assurances sociales (AVS),
du deuxième pilier (LPP), de la santé, de la diététique,
du droit des successions, de la fiscalité

S'engager dans la vie professionnelle

Objectifs

- Acquérir différentes notions liées au monde du travail
- Identifier les ressources à disposition lors d'un début de formation
- Apprendre à travailler autrement

Méthodes

- Echanger sur des situations vécues
- Mise en pratique au travers de jeux de rôle
- Apport théorique sur la méthode apprendre à apprendre

Public cible

Apprentis de 1^{ère} année et stagiaires

Informations pratiques

1 demi-journée
Mercredi 18 septembre 2024, 8 h 30 - 12 h 00
Delémont

Animation



Yann Weisser,
Animateur de la structure
d'encadrement individuel,
SFP

Faire son bilan professionnel et personnel pour mieux aller de l'avant

Objectifs

- Analyser son parcours personnel et professionnel pour prendre du recul
- Identifier son profil personnel pour mieux connaître sa personnalité professionnelle
- Formuler son besoin d'agir pour améliorer sa motivation au travail
- Définir un plan d'action pour réaliser ses projets de vie

Méthodes

- Clarification de la demande
- Analyse du curriculum vitae
- Définition des axes de travail et passation d'inventaires psychologiques
- Accompagnement dans la définition de pistes pour des projets

Public cible

Tout public

Informations pratiques

3 entretiens individuels de 1 h 30
Porrentruy

Animation



Camille Cattin,
Psychologue conseillère
en orientation,
COSP

Capsules

Harcèlement - kit de prévention

Ergonomie du poste de travail - Bien régler les meubles

Prévention des accidents - Reconnaître les dangers

Auto-organisation - Réduire le stress

Renseignements

Délai d'inscription : 31 janvier 2024

Programme destiné aux :

- Collaborateurs de la République et Canton du Jura
- Collaborateurs des institutions paraétatiques
- Collaborateurs des communes
- Députés

Prix :

- Gratuit pour les collaborateurs de la République et Canton du Jura
- CHF 200.- par journée (repas et collations compris) pour les autres personnes

Repas - collations :

- 1 pause par demi-journée
- Pour les cours d'une journée, un repas est pris en commun.
- Les consommations sont prises en charge par l'administration cantonale.

Compensation horaire :

- 1 demi-journée = 4 h 06 (déplacements compris)
- 1 journée = 8 h 12 (déplacements compris)

Indemnités de déplacements : versées si le lieu du cours ne coïncide pas avec le lieu de travail

Contacts



Renseignements généraux

Jonathan Chevrolet
Responsable de la formation continue
jonathan.chevrolet@jura.ch
032 420 58 94



Inscriptions

Elodie Lovis
Collaboratrice administrative
elodie.lovis@jura.ch
032 420 50 09