



Martine EJARQUE

Dirigeante et fondatrice
du Cabinet de Conseil et
de Formation depuis 2000

Psychologue

RPPS10009650812

Instructeur Mindfulness MBCT

Professeur de YOGA ENPY

Sophrologue caycédien

Psychologie du Développement,
Psychologie Sociale,
Psychologie du Travail,
Accompagnement des Groupes
et organisations des secteurs
Public, Privé, Associatif.



Siège social : ENTRE-DEUX
16 rue Jean-Pierre Blanchard
31400 Toulouse
Tel 05.61.55.32.85

martine.ejarque31@gmail.com
entre-deux31.com

Enregistré sous le n° 73310476531
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
Siret:42911947200018 Urssaf:737102376622 APE:8559A

Qualité de vie au travail

- ❖ Diagnostic QVT, audit de climat social
- ❖ Evaluation des Risques psychosociaux
- ❖ Espaces d'expression sur le vécu du travail
- ❖ Soutien aux agents/salariés en souffrance
- ❖ Appui Cellule Veille Sociale
- ❖ Médiations internes

Recrutement

- ❖ Entretiens motivationnels
- ❖ Evaluation psychotechnique

Développement Personnel

- ❖ Efficacité personnelle et professionnelle
- ❖ Construction de l'identité
- ❖ Ecoute et relation d'aide
- ❖ Attention, concentration

Compétences psycho-sociales

- ❖ Confiance en soi - Affirmation de soi
- ❖ Auto-compassion - Empathie
- ❖ Gestion du stress et des émotions
- ❖ Communication Non Violente CNV
- ❖ Résolution positive des conflits

Sophrologie - Yoga doux
Méditation de Pleine Conscience MBCT

Nous les remercions de leur confiance :

Caisses d'Épargne, COLAS BTP, Bouygues Telecom, Institut Régional d'Administration, Pôle Emploi, Caisse Primaire d'Assurance Maladie, ENPJJ Ecole Nationale Protection Judiciaire de la Jeunesse, Direction Inter-régionale PJJ, INP Ensiacet, Ecole Régionale de Santé, ICT, Institut de Recherche en Prévention Santé, MGEN, ASEI, ARSEAA, ADAPEI, Services de Santé au Travail SRAS BTP, Réseau France Addictions, Ehpad APAJH-France Horizon, Hôpital La Roche/Foron, Centre Social Inter Entreprises, ANCV, CCAS, Communautés de communes, BGE Occitanie, CESI, AFPA, Chambre des Métiers, ORIFFPL, AREF-BTP, OPCALIA, AGEFOS PME, CCI, Insa, Université Jean Jaurès, Rectorat, Ecole Nationale Vétérinaire, DREAL, DRAAF, DAFCO, CNFPT, Fédération des Femmes pour l'Europe, Entreprise d'insertion Inter-Relais, Entreprises privées de Services à la Personne Adom, Age d'or, Aquarelle, Crèches Relais Assistantes maternelles, AFIDEO, Solagro, Ermes-prestations, Onera, Extand GLS, Orange, ARAPL, Fédérations Familles Rurales, Moncouet Formation, OCCE, Lycée polyvalent application de l'ENNA, AMS Grand Sud, CHU, CREPS...



**Conseil
Audit
Accompagnement**



**Conférence
Formations
Ateliers
E-learning**



Santé mentale



Santé et Bien-Etre au travail

- ❖ Prévention des risques psychosociaux
- ❖ Résilience professionnelle
- ❖ Usure professionnelle et burn-out
- ❖ Agressivité et violences internes/externes
- ❖ Bouc-émissaire et harcèlement moral

Leadership et management

- ❖ Entretiens professionnels
- ❖ Manager avec bienveillance, tutorat
- ❖ Cohésion d'équipe
- ❖ Résolution de problème (méthode GEASP)
- ❖ Gestion du temps et des priorités

Développement des compétences

- ❖ Coaching individuel de Dirigeants et Cadres
- ❖ Coaching d'équipe, Co-développement
- ❖ Analyse des pratiques, supervision

Mobilité Professionnelle

- ❖ Préparation à la retraite
- ❖ Reconversion professionnelle
- ❖ Bilan de compétences
- ❖ Out-placement individuel et collectif

Psychologie positive
Analyse transactionnelle