

**ATELIERS VAY LAW
BOX**

Vay
law Training

**ATELIER GESTION DU STRESS DANS UN
ENVIRONNEMENT JURIDIQUE**

Renforcez une compétence juridique clé

SOMMAIRE

ATELIER GESTION DU STRESS DANS UN ENVIRONNEMENT JURIDIQUE	Page
1. Informations pédagogiques	4
2. Programme Gestion du stress dans un environnement juridique- « Catégorie Soft Skills et Leadership juridique »	11
3. Nous Contacter	12



Apprenez à votre rythme. Sans alourdir votre agenda.



LES ATELIERS VAY LAW

Dans un environnement juridique exigeant, chaque minute compte.

Les équipes juridiques, qu'elles soient en cabinet d'avocats, de notaires, de commissaires de justice, en entreprise, en banque ou en cabinet d'expertise comptable, doivent faire face à une pression croissante : conformité, efficacité opérationnelle, fidélisation des talents, qualité de service.

Objectifs des Ateliers Vay Law Box

Les **Ateliers Vay Box** sont conçus pour répondre aux nombreux défis auxquels vous devez faire face.

Ciblés, pratiques, 100 % e-learning, ils permettent de **renforcer une compétence spécifique, sans perturber le rythme de travail**. Une solution idéale pour monter en compétences, progresser dans sa carrière ou résoudre un point de blocage.

Qui sommes-nous ?

Vay Law Training est un centre de formation 100 % dédié aux professions juridiques.

Nous concevons des formations adaptées aux environnements juridiques : recrutement, onboarding, compétences métier, soft skills et mise en conformité.

Notre promesse : des formations concrètes, applicables immédiatement, conçues par des professionnels du droit, des ressources humaines et du marketing.

1. INFORMATIONS PEDAGOGIQUES



1.1 Informations Pratiques

Cher Dirigeant,

Nos Ateliers sont conçus pour répondre aux attentes spécifiques des professionnels du droit. Un format court, dynamique et 100% opérationnel pour acquérir des compétences clés.

Ateliers VAY LAW : Informations Pratiques

Public cible	<ul style="list-style-type: none"> • Collaborateurs juridiques en cabinet d'avocats, de notaires, de commissaires de justice. • Membres des services juridiques en entreprise, banque ou cabinet d'expertise comptable. • Managers juridiques souhaitant faire monter leurs équipes en compétences sur un sujet précis. • Toute personne confrontée à une problématique juridique ou organisationnelle spécifique. • Etudiants en droit et jeunes diplômés
Prérequis	<ul style="list-style-type: none"> • Exercer une fonction juridique ou juridique-support dans une organisation professionnelle (aucun prérequis de diplôme nécessaire). • Être étudiant en droit ou jeune diplômé en droit
Durée des Ateliers Vay	<p>🕒 Durée de l'Atelier Vay Law Box: La durée de chaque atelier est définie au cas par cas en fonction de la thématique de l'atelier (voir le programme de chaque atelier ci-dessous).</p> <p>✅ Durée minimale : chaque atelier dure minimum 2 jours</p> <p>✅ Accès illimité à la plateforme e-learning pendant 30 jours.</p>
Date de démarrage des Ateliers Vay	<p>Une formation hybride, à démarrage intelligent</p> <p>👉 Dès votre inscription : Vous accédez immédiatement à la plateforme e-learning. Vous pouvez commencer à apprendre à votre rythme. 100% en ligne.</p> <p>👉 Les sessions de coaching personnalisées en présentiel (ou visio) : elles sont optionnelles et payantes. Si vous optez pour un coaching, nous définirons un créneau en fonction de vos disponibilités.</p>
Atelier en groupe	<p>Nos ateliers peuvent être organisés en groupe et en présentiel, soit à la demande, soit sur invitation adressée à plusieurs structures. Pour en savoir plus, contactez-nous : voir p.12</p> <p>👉 Ces formats favorisent les échanges, le partage d'expériences et l'analyse de problématiques concrètes entre professionnels.</p>
Accessibilité 1 Adaptation	<p>Nos formations sont ouvertes à toutes et tous. Si vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter pour envisager ensemble les modalités d'adaptation possibles. Nous étudierons votre demande au cas par cas afin de vous proposer une solution raisonnable et adaptée.</p> <p>👉 Contactez-nous pour une mise en relation avec notre référent handicap : voir p.12</p>



1.2 Programme cadre des Ateliers

Cher Dirigeant,

Vous voudrez bien trouver ci-joint le programme cadre de nos Ateliers, lequel a permis de structurer le programme spécifique de chaque atelier.

Ateliers VAY LAW : Programme cadre des Ateliers

<p>Objectif général des Ateliers</p>	<p>Les ateliers Vay Law Box ont été conçus pour répondre à un besoin précis : permettre aux juristes, étudiants ou professionnels du droit d’approfondir une compétence ciblée, de manière rapide, concrète et structurée.</p> <p>Chaque atelier aborde une problématique pratique clé (ex : rédaction contractuelle, négociation, soft skills, pilotage juridique...), avec une pédagogie immersive, des cas concrets et un accompagnement sur mesure.</p> <p>L’objectif est de faire monter en compétence chaque participant en un temps court, en lui donnant des outils immédiatement applicables dans son environnement professionnel ou académique.</p>
<p>Compétences visées dans nos Ateliers</p>	<p>Les ateliers Vay Law Box visent à développer des compétences opérationnelles immédiatement mobilisables dans un contexte professionnel juridique :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir-faire techniques (ex: rédaction d’actes, analyse juridique, veille stratégique) • Savoir-être et soft skills (ex: communication, leadership, gestion du temps) • Maîtrise d’outils numériques (ex: legaltech, outils collaboratifs, IA juridique) • Compétences transversales (ex : pilotage RH, gestion de la relation client, marketing juridique) <p>Chaque atelier détaille les compétences spécifiques visées dans sa fiche descriptive individuelle (voir page....)</p>
<p>Thématiques abordées lors de nos Ateliers</p>	<p>Les ateliers sont organisés par catégories thématiques pour couvrir tous les enjeux de la pratique juridique moderne :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soft Skills et leadership juridique • Méthodologie juridique et techniques contractuelles • Droit fondamental appliqué (ex. : droit civil, droit pénal) • Droits spécialisés (ex. : droit des sociétés, droit du travail, droit international...) • Legaltech & outils numériques • Pilotage RH & organisation interne • Marketing juridique & développement d’activité (atelier entrepreneurial) <p>✦ Chaque atelier est centré sur une compétence opérationnelle clé, avec une pédagogie immersive et des livrables concrets.</p>
<p>Accès à la Médiathèque Vay Law</p>	<p>Tous les participants à un Atelier Vay Law Box ont la possibilité d’accéder à notre médiathèque pédagogique, qui regroupe des modules complémentaires, pastilles vidéo et outils pratiques pour approfondir leurs apprentissages.</p> <p>👉 L’accès à ces ressources est payant (à la carte), sauf s’il est déjà inclus dans la formule choisie, comme la Formule 1 – Kit Formation.</p>



1.3 Pédagogie et suivi

Cher Dirigeant,

Chez Vay Law Training, nous croyons fermement en une approche pédagogique immersive et pratique qui permet à nos participants d'acquérir les compétences juridiques essentielles nécessaires pour exceller dans leurs domaines respectifs.

Ateliers VAY LAW : Pédagogie et suivi

<p>Notre pédagogie « Vay Training Method »</p>	<p>Une pédagogie unique même pour un atelier Chaque Atelier Vay Law Box suit une méthode rigoureuse issue de notre Vay Training Méthode, conçue pour garantir une vraie montée en compétences, même sur une courte durée. Contrairement à nos formations longues, les ateliers ne sont pas fondés sur un arbre de compétences progressif, mais sur un outil spécifique adapté aux formats courts : la Pyramide des Compétences.</p>
<p>Un Atelier professionnalisant</p>	<p>À chaque Atelier, vous bénéficiez :</p> <ul style="list-style-type: none"> • D'un cadre structuré pour savoir ce que vous devez maîtriser, • D'un outil de positionnement personnalisé pour évaluer votre niveau avant/après, • D'une fiche mission avec des actions à réaliser en autonomie, • D'un feedback personnalisé de nos formateurs à la fin de l'Atelier, • Et d'une attestation avec badge qui valorise concrètement les compétences que vous avez validées. <p>Pourquoi c'est différent ? Parce qu'on ne se contente pas de "transmettre du contenu" : Chaque atelier est pensé pour activer une compétence réelle, validée par un processus clair, rigoureux et certifiant. Vous repartez avec du concret, utile pour ton CV, ta pratique ou ton évolution.</p>
<p>Apprentissage 100% opérationnel</p>	<p>Format hybride : 80% pratique – 20% théorique</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 20% Cours théorique: avec supports écrits et vidéos explicatives ◆ 80% Études de cas et mises en situation : rédaction de contrats, analyse de jurisprudence ◆ 10% Bonus: Sessions de groupe et coaching individuel pour poser vos questions (option payante) <p>👉 Atelier préparé par des docteurs en droit, des avocats et juristes experts dans leurs domaines respectifs.</p>
<p>Modalités d'évaluation</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Évaluations formatives : Quiz interactifs, exercices pratiques, étude de cas, mise en situation, etc. ◆ Évaluation finale : étude de cas, rédaction d'un livrable (ex: un plan d'action professionnel)
<p>Compétences évaluées</p>	<p>Chaque Atelier Vay Law Box cible un ensemble précis de compétences, définies à l'avance en fonction de la thématique traitée. Les 3 savoirs sont évalués :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Savoir (connaissances juridiques ou techniques) • Savoir-faire (application pratique et méthodologie) • Savoir-être (posture et communication professionnelle)



1.4 Nos intervenants

Cher Dirigeant,

Nos ateliers sont animés par des profils à forte valeur stratégique, sélectionnés pour leur capacité à intervenir sur des enjeux réels, complexes et à forts impacts.

Des experts au cœur des décisions

- Juristes et avocats intervenant sur des dossiers stratégiques à forts enjeux
- Conseillers impliqués dans des opérations complexes (contentieux, transactions, gouvernance)
- Profils ayant une expérience directe avec des directions générales, boards ou institutions

Des praticiens du terrain, pas des théoriciens

- Experts confrontés aux réalités opérationnelles : crises, négociations, projets structurants
- Intervenants ayant piloté ou accompagné des situations sensibles
- Approche orientée cas réels, décisions et arbitrages

Des profils à double compétence

- **Juristes ayant une expertise complémentaire en :**
 - ✓ finance
 - ✓ stratégie
 - ✓ compliance
 - ✓ data / IT / IA
 - ✓ marketing juridique
- **Capables de faire le lien entre droit, business et décision**

Des spécialistes selon les thématiques

- **Experts sectoriels** (banque, santé, immobilier, transport, etc.)
- **Professionnels du digital** (LegalTech, IA, cybersécurité)
- **Intervenants en soft skills appliquées au droit :**
 - ✓ négociation
 - ✓ leadership
 - ✓ communication
 - ✓ développement business



1.5 Modalités de Financement

Cher Dirigeant,

Chez VAY Law, nous croyons que l'accès à la formation ne devrait jamais être freiné par une contrainte financière.

C'est pourquoi nous proposons **plusieurs solutions de financement**, adaptées à votre situation, que vous soyez **indépendant, salarié, cabinet, entreprise ou banque**

Ateliers VAY LAW : Modalités de Financement

<p>Politique tarifaire</p>	<p>Nos 4 formules pédagogiques au choix :</p> <ul style="list-style-type: none"> • F1 – Kit de formation 👉 Idéal pour cibler une compétence précise. Vous composez votre programme avec les Ateliers, Modules ou Outils de votre choix. • F2 – Formation standard 👉 Une formation clé en main sur un thème fondamental (ex : droit social, droit des sociétés). Accessible, structurée, immédiatement opérationnelle. • F3 – Formation sur mesure 👉 Combinez les fondamentaux d'une formation standard avec un ou plusieurs modules experts pour approfondir un sujet pointu. • F4 – Formation continue/Abonnement 👉 Pour les structures (cabinets, entreprises, banques) qui souhaitent organiser un calendrier de formation continue, avec accès privilégié, ressources exclusives et coaching.
<p>Prix de l'Atelier Vay Law</p>	<p>Le tarif de chaque atelier dépend de sa durée, de sa thématique et des ressources mobilisées.</p> <p>💰 Les prix démarrent à partir de 150 €, et n'excèdent jamais 700 € par atelier. Pour les ateliers en groupe, il faudrait prévoir des frais de déplacement du formateur en plus.</p> <p>✅ Facilités de paiement pour les étudiants : possibilité de paiement en plusieurs fois, sur demande (analyse au cas par cas).</p> <p>✅ Réductions possibles :</p> <p>*Réduction de 20% en cas d'achat de plusieurs ateliers (panier multi-ateliers),</p> <p>*Réduction de 25% à 30% pour les groupes (à partir de 2 personnes)</p> <p>*Réduction étudiant(e) accordée au cas par cas sur justificatif.</p> <p>📌 Le tarif exact et les éventuelles réductions applicables sont précisés pour chaque atelier (voir ci-dessous).</p>
<p>Modalités de Financement en France</p>	<p>Vous résidez en France, et vous souhaitez financer votre formation via le CPF ou un autre dispositif ? Contactez-nous afin de trouver la solution la plus adaptée à votre situation : voir contact p.12</p>
<p>Modalités de Financement à l'étranger</p>	<p>En Afrique, en Europe, en Asie ou en Amérique toute demande donnera lieu à l'établissement préalable d'un devis ou d'un bon de commande. Contactez-nous pour planifier votre Atelier : voir contact page 12</p>



1.6 Modalités d'Inscription en France

Cher Dirigeant,

Si vous résidez en France, vous pouvez vous inscrire soit en ligne, soit avec un conseiller via l'établissement d'un devis ou bon de commande.

Ateliers VAY LAW : Modalités d'Inscription en France

<p>Inscription en ligne</p>	<p>👤 Pour qui ?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Vous résidez en France ➔ Vous n'avez pas besoin de financement ni d'un accompagnement personnalisé. <p>📌 Comment ça marche ?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Connectez-vous sur notre site internet : https://vaylawtraining.com/atelier-vay-law-box/ 2. Choisissez votre atelier : consultez la fiche descriptive pour connaître les objectifs, les compétences visées, le contenu et le tarif. 3. Inscrivez-vous en 1 clic : cliquez sur le bouton «Je m'inscris» disponible sur la page de l'atelier en ligne. 4. Réalisez votre paiement en ligne : paiement sécurisé par carte bancaire. 5. Recevez vos accès par e-mail : vous recevez immédiatement un mail de confirmation contenant: <ul style="list-style-type: none"> • Votre dossier de formation, • Vos outils pédagogiques (fiche de compétences, fiche mission, consignes...), • Vos identifiants d'accès à la plateforme pour débiter l'atelier en toute autonomie. 6. Commencez à votre rythme : vous accédez à tous les contenus dès validation de votre inscription. 7. Option coaching : vous pouvez, si vous le souhaitez, ajouter une séance de coaching personnalisé (en option). 8. Clôture et évaluation : à la fin de l'atelier, vous remettez votre fiche mission, vous recevez votre évaluation pédagogique, votre pyramide de compétences actualisée et votre attestation de participation avec badge.
<p>Inscription avec un conseiller</p>	<p>👤 Pour qui ?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Vous résidez en France ➔ Vous avez besoin d'un financement et souhaitez échanger avec un conseiller avant de valider votre inscription. <p>📌 Comment ça marche ? Merci de consulter la page 10 ci-dessous</p>
<p>Délais d'inscription</p>	<p>📅 À tout moment en fonction de votre emploi du temps</p>



1.7 Modalités d'Inscription à l'étranger

Cher Dirigeant,

Si vous résidez en Afrique, en Asie ou en Amérique, les inscriptions se font uniquement avec un conseiller via l'établissement d'un devis ou bon de commande.

Ateliers VAY LAW : Modalités d'Inscription à l'étranger

<p>Inscription avec un conseiller</p>	<p>👤 Pour qui ?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Vous résidez en Afrique, Europe, Asie ou Amérique ➔ Vous avez besoin d'être guidé par un conseiller avant de valider votre inscription. <p>📌 Comment ça marche ?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prenez rendez-vous avec un conseiller : nous organisons un entretien pour analyser votre situation, vos besoins et vous proposer, le cas échéant une solution de financement adaptée (paiement en plusieurs fois, réductions, ou aides selon profil : uniquement valable en France). 2. Validation des modalités financières et opérationnelles : vous recevez par la suite soit un devis, soit un bon de commande à valider par vos soins 3. Dossier administratif : nous établissons votre dossier de formation (convention, fiche technique, programme...). 4. Paiement de l'Atelier : vous réglez selon les modalités financières convenues. Vous recevez ensuite les documents validant votre inscription à l'atelier. 5. Démarrage de l'atelier : une fois les formalités finalisées, vous accédez à votre espace personnel pour commencer l'Atelier. 6. Option coaching : si vous le souhaitez, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement individuel avec un formateur (en option). 7. Clôture et validation : à l'issue de votre Atelier, vous remettez votre fiche mission complétée, recevez votre évaluation pédagogique, la pyramide de compétences actualisée et votre attestation de participation avec badge.
<p>Délais d'inscription</p>	<p>📅 À tout moment en fonction de votre emploi du temps</p>

2. PROGRAMME GESTION DU STRESS DANS UN ENVIRONNEMENT JURIDIQUE



Atelier SKJ/N°2

Gestion du stress dans un environnement juridique

Atelier SKJ/N°2 - Gestion du stress dans un environnement juridique	
Présentation de l'Atelier	Maîtrisez votre stress pour gagner en performance et en lucidité. Cet atelier vous donne les clés pour gérer la pression inhérente aux métiers juridiques (délais, enjeux, responsabilités), tout en préservant votre efficacité et votre équilibre. 👉 Un levier essentiel pour travailler avec sérénité et constance dans des environnements exigeants
Objectif général	Comprendre et maîtriser les mécanismes du stress afin de maintenir un haut niveau de performance dans un environnement juridique.
Principales Compétences visées	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir : Comprendre les mécanismes du stress et ses impacts sur la performance • Savoir-faire : Mettre en place des techniques de gestion du stress adaptées au contexte professionnel • Savoir-être : Développer résilience, maîtrise de soi et stabilité émotionnelle
Principaux thèmes abordés	<ul style="list-style-type: none"> • Mécanismes du stress en environnement juridique • Identification des sources de pression (délais, enjeux, responsabilités) • Techniques de gestion du stress et de régulation émotionnelle • Organisation du travail et gestion des priorités • Bonnes pratiques pour préserver performance et équilibre
Formate & Durée de l'Atelier	Atelier individuel : 2 jours en ligne sur notre plateforme : https://vaylawtraining.com/ Atelier en groupe : 2 jours en présentiel dans vos locaux
Prix de l'Atelier	<ul style="list-style-type: none"> • Prix en Euro : 365€/ personne • Prix en FCFA : 239.425 FCFA/personne • Autres devises (Rs,\$, etc.) : en fonction du taux de change • Réduction 25% pour les groupes (à partir de 2 personnes)
Option	Coaching en visioconférence avec un formateur : 75€/1h ou 49.000 FCFA/1h (autres devises en fonction du taux de change)
Modalités pratiques	Toutes les informations utiles et pratiques sont fournies ci-dessus à la rubrique « Informations Pédagogiques » : voir page 4 à 10
En savoir plus	Contactez-nous si vous voulez recevoir le programme détaillé de cet Atelier : voir contact page 12

3. Nous Contacter

Pourquoi choisir un Atelier Vay Box?

- Vous progressez sur une **compétence ciblée**, utile immédiatement.
- Vous gagnez en autonomie, en légitimité, en confiance.
- Vous restez agile : **pas de dates imposées**, pas de déplacement obligatoire.
- Vous pouvez **compléter l'atelier** avec du coaching ou des ressources premium.
- Vous intégrez une pédagogie unique fondée sur la **Pyramide des Compétences Vay Law**.



Pour tous renseignements sur nos Ateliers Vay Law Box:

→ Contactez-nous par :

E-mail 1 : contact@vaylawtraining.com

E-mail 2 : vaylawtraining@gmail.com

→ Consultez notre site internet :

<https://vaylawtraining.com/parcours-legal-leadership-hub/>

→ Prenez RDV en ligne ici :

<https://calendly.com/vaylawtraining/30min?month=2026-03>

→ **Commandez un atelier spécifique, hors catalogue** : par mail ou RDV