

## Descriptif de formation

---

**Lundi 28 et mardi 29 septembre 2026 – 9h00 à 17h00**

## Négocier avec succès – au travail comme dans la vie privée

Veux-tu apprendre à bien préparer ta négociation ? A savoir comment définir tes intérêts et ta marge de manœuvre tout en te préparant à éviter les écueils ? Ce cours t'apportera toutes les réponses à ces questions.

### Objectifs

#### Je...

- prépare ma négociation et la démarres positivement
- consulte mon interlocuteur, j'affirme mes intérêts
- fais émerger des solutions mutuellement satisfaisantes
- propose et contre-propose
- maîtrise l'argumentation, la réfutation, l'objection
- apprends à m'accorder sur une solution win-win.

### Contenu

- Préparation : objectif, conditions, alternatives, zones de négociation
- Stratégie et tactiques courantes, techniques positives
- Création d'options innovantes
- Accordage jusqu'à satisfaction réciproque
- Accord et suivi, consolidation du partenariat

### Animation

Samuel Perriard, négociateur professionnel, directeur de l'institut professionnel de médiation et de négociation intégrative ([www.ipromed.ch](http://www.ipromed.ch))

### Public cible, nombre de participant·e·s

Toute personne souhaitant négocier des aspects professionnels (salaire, contrat, condition de travail, ergonomie, vacances, congé-formation, ...) ou privés.

Limité à 12 personnes.

### Lieu

Hôtel Crêt-Bérard, Ch. de la Chapelle 19a, 1070 Puidoux, tel. : 021 946 03 60

Navette : 3.- p.p par trajet entre la gare de Puidoux et Crêt Bérard

### Inscription et désistement

**Inscription** : Pour garantir la planification, inscrivez-vous suffisamment tôt, idéalement avant la date limite de désinscription. Sinon, les inscriptions sont possibles tant que le formulaire d'inscription est ouvert sur notre site web.

**Désistement** (sans conséquences financières) : jusqu'au **jeudi 27 août 2026** au plus tard, à l'adresse suivante : [arc@travailsuisse.ch](mailto:arc@travailsuisse.ch).

### Frais

# formation-ARC.Suisse

Pour les **membres**, les frais sont pris en charge comme suit :

- **Syna** : 4 jours de cours / an ou 2 jours de cours pour les retraités et les apprentis.
- **transfair** / transfair Poste : 2 jours de cours / an, le même cours ne peut être suivi qu'une seule fois sur une période de trois ans.
- **SCIV** : jusqu'à CHF 450 / an
- **SwissPersona** : jusqu'à CHF 1'000 / an

Ensuite, les frais sont à la charge des participants.

Pour les **non-membres** : CHF 1'140.- (documentation de cours et repas inclus)