MARINE NATIONALE

ÉCOLE NAVALE

FORMATIONS

COHÉSION

MARINE

ÉCOLE NAVALE





WWW.ECOLE-NAVALE.FR

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53290920829 auprès du préfet de région BRETAGNE. Cet enregistrement ne vaut pas agrément.



L'ÉCOLE NAVALE

L'École navale forme les officiers de Marine chargés de maîtriser certains des systèmes de combat les plus complexes au monde. Située sur la presqu'île de Crozon, elle accueille chaque année plus de 2 000 élèves, dont 500 stagiaires civils, favorisant des échanges riches entre marins, acteurs industriels et un public civil varié.

Cette ouverture contribue à une meilleure compréhension des métiers et des enjeux maritimes. Les officiers de Marine qui interviennent sont à la fois des formateurs expérimentés, des marins de terrain et des militaires aguerris, transmettant une culture d'exigence, d'engagement et d'esprit d'équipage.



LA FORMATION COHÉSION MARINE

BOOSTEZ LA COHÉSION DE VOS ÉQUIPES

À l'École navale, la cohésion n'est pas un concept : c'est une culture vivante, héritée de plus de deux siècles de formation des officiers de Marine. Encadrées par des marins experts en commandement, en préparation physique et mentale, nos activités de cohésion plongent vos équipes dans un environnement authentique où l'esprit d'équipage, le sens du collectif et la recherche du dépassement de soi prennent tout leur sens.

Dans un cadre maritime unique et inspirant, vos collaborateurs découvrent les valeurs clés de la Marine nationale : exigence, solidarité, engagement et confiance mutuelle. Autant de leviers puissants pour renforcer durablement la cohésion et la performance collective de votre organisation.

NOS EXPERTISES

Ces quatre piliers représentent l'essence des savoir-faire transposables pour vos équipes :

- **Travail en équipe :** coordonner, communiquer et partager les responsabilités,
- **Prise de décision et capacité d'adaptation** : analyser une situation, anticiper et agir efficacement face à l'incertitude,
- **Résilience et dépassement de soi** : persévérer, gérer le stress et maintenir performance et motivation,
- **Être ensemble :** confiance mutuelle, cohésion, transversalité et travail en réseau.

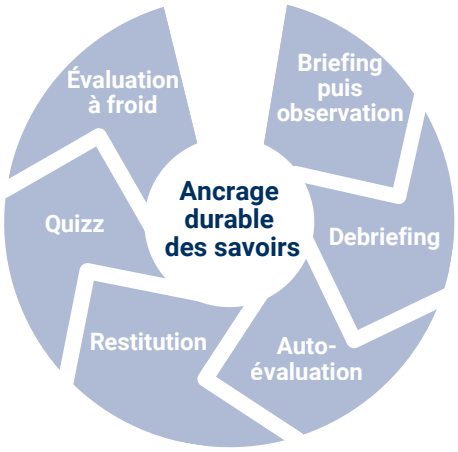
INTERVENANTS

- **Experts en préparation physique et mentale** et officiers spécialisés de la Marine - diplômés d'État (BEES 2e degré, BES, CQP, BPJEPS),
- **Officiers de Marine spécialisés** en formation militaire au commandement.



ÉVALUATION

Une procédure simple et efficace permet de valoriser la dimension pédagogique d'une journée de cohésion, tout en restant fidèle à l'esprit Marine : exigence, intelligence collective, action.



NOS OFFRES DE FORMATION COHÉSION MARINE



SE DÉPASSER EN ÉQUIPE
P.4



FÉDÉRER AU COEUR DE LA MISSION
P.6



NAVIGUER EN ÉQUIPAGE
P.8



SE DÉPASSER EN ÉQUIPE

- 9H
  De 8h à 17h

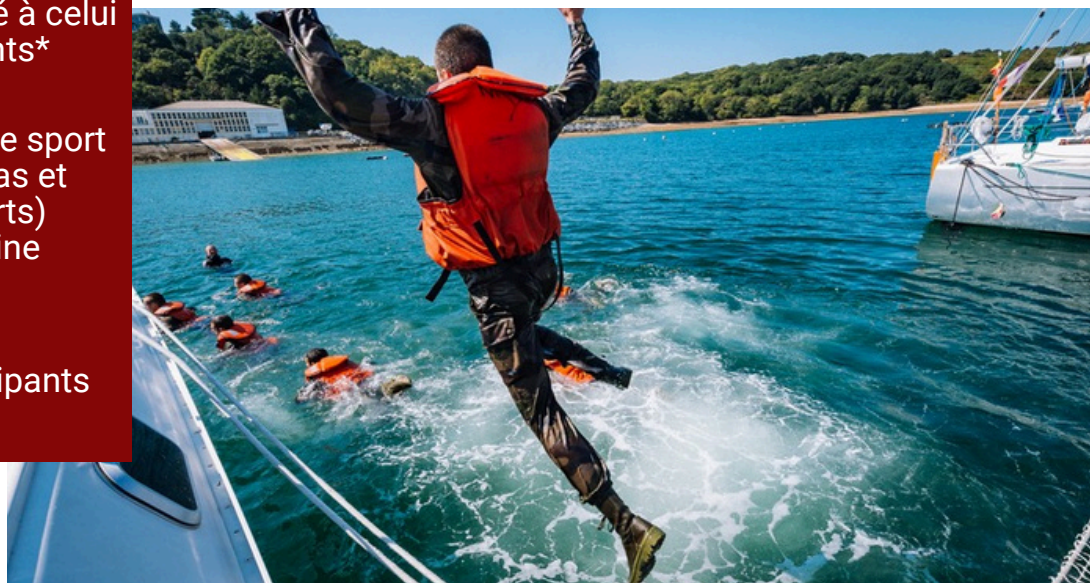
- Savoir nager
- Marcher, courir
- Niveau adapté à celui des participants*

- Tenue sobre de sport d'extérieur (bras et jambes couverts)
- Tenue de piscine

15 à 30 participants

*Les activités terrain ne sont pas adaptées à des personnes à mobilité réduite.

Offrez à vos équipes une journée sportive et fédératrice : un terrain idéal pour renforcer la cohésion, développer la prise de décision, stimuler l'entraide et révéler les qualités individuelles au service de la performance collective.



Renforcez la cohésion d'équipe !

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Esprit d'équipe et solidarité** : Faire ensemble et partager les responsabilités,
- **Dépassement de soi :** Connaitre ses limites et celles de son équipe, savoir quand et comment les dépasser,
- **Endurance et performance** : Valoriser la diversité d'une équipe pour atteindre des objectifs ambitieux.

COMPÉTENCES

Cette journée offre à vos équipes une expérience concrète dont elles ressortent plus soudées, plus réactives et plus confiantes. Elles développent des réflexes de coopération, apprennent à décider sous pression, renforcent leur capacité à s'adapter et cultivent l'entraide pour améliorer la performance collective.

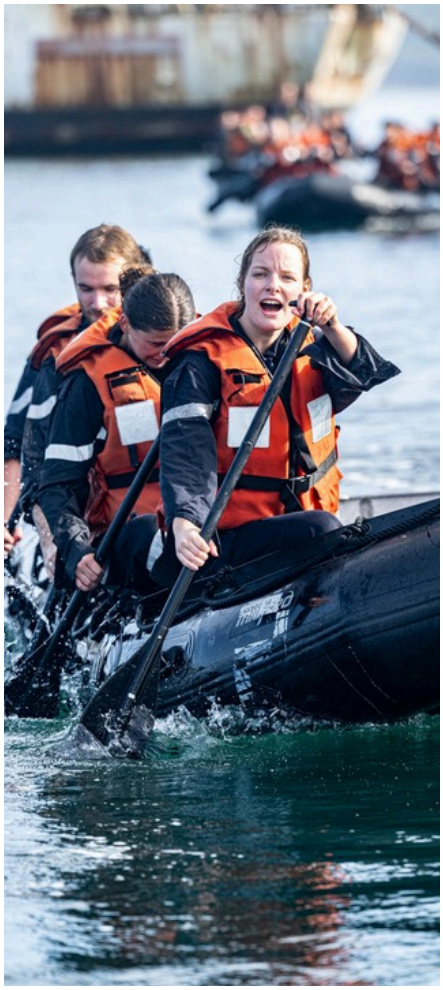
- Renforcer la **cohésion et fluidifier la communication,**
- Favoriser la **prise d'initiative et l'efficacité** dans l'action,
- Développer la **gestion du stress** et de l'effort.

PROGRAMMES TYPE

AGUERRISSEMENT ET DÉPASSEMENT DE SOI

08h00	Mot et café d'accueil
08h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
09h00	**Activité aquatique**
12h00	Déjeuner à l'École navale
13h00	**Activités de terrain Méthode naturelle***
16h00	Temps d'échange et de debrief

**Entraînement global basé sur des mouvements simples et naturels, pratiqués en extérieur, pour développer force, agilité et endurance.*









ESPRIT SPORTIF ET COHÉSION DE GROUPE

08h00	Mot et café d'accueil
08h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
09h00	**Course d'orientation**
12h00	Déjeuner à l'École navale
13h00	**Activités sportives en équipe**
16h00	Temps d'échange et de debrief



FÉDÉRER AU COEUR DE LA MISSION

- 9H
  De 8h à 17h

- Marcher et rester en station debout prolongée*
- Quelques notions des noeuds marins

- Tenue de sport sobre d'extérieur imperméable et chaude

6 à 20 participants

*Les activités terrain ne sont pas adaptées à des personnes à mobilité réduite.

Développez la coopération, utilisez l'intelligence collective et expérimentez une méthode de commandement éprouvée pour mener à bien des missions tous ensemble.

Le temps d'une journée, chaque membre de l'équipe commande à tour de rôle une mission et coordonne les actions de l'équipe.

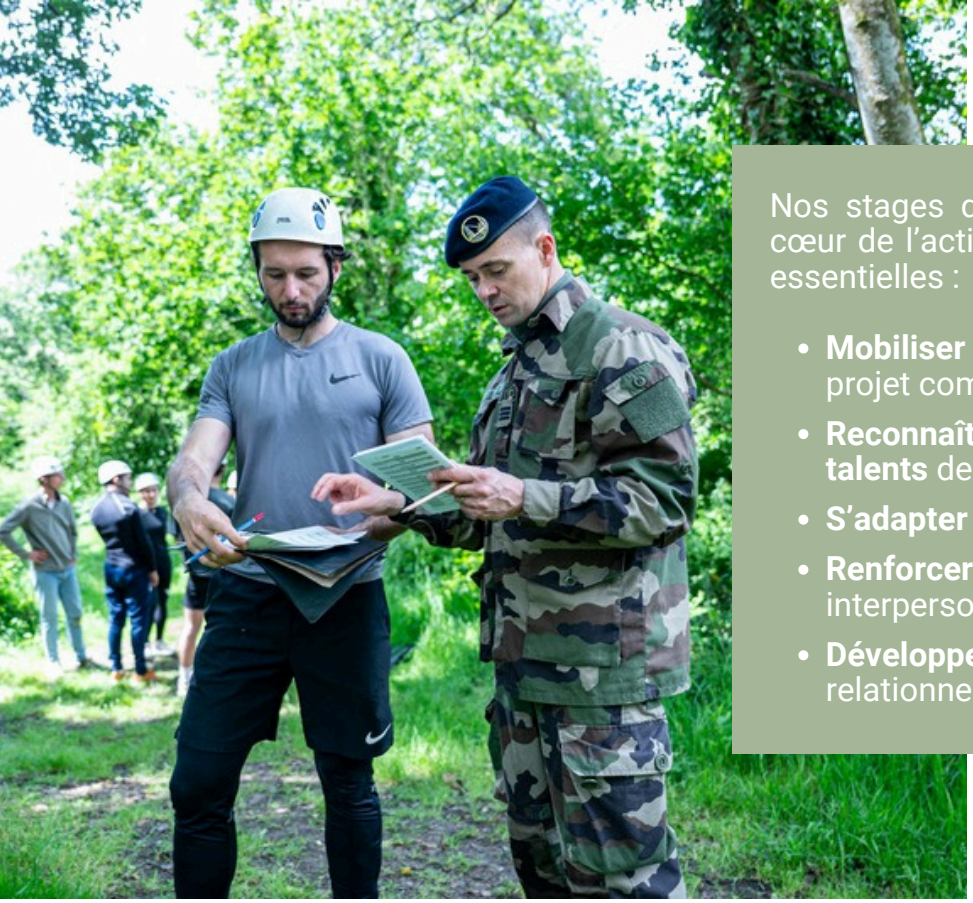
Cette formation est encadrée par nos officiers disposant d'une longue expérience de chef de service ou de commandement au sein de la Marine nationale.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Renforcer la coopération et la communication :** favoriser la capacité à travailler efficacement en groupe, même sous pression,
- **Transposer les savoirs militaires au contexte professionnel :** appliquer des méthodes éprouvées par les officiers pour améliorer la performance collective dans un environnement civil,
- **Développer l'alignement stratégique des collaborateurs :** apprendre à analyser rapidement des situations complexes et à prioriser les actions,
- **Développer le commandement opérationnel :** comprendre et appliquer des principes de décision et de responsabilité dans un contexte d'équipe.





COMPÉTENCES

Nos stages de commandement vous plongent au cœur de l'action pour développer des compétences essentielles :

- **Mobiliser et coordonner une équipe** autour d'un projet commun,
- **Reconnaître et valoriser les potentiels et les talents** de son équipe,
- **S'adapter et rester performant** sous pression,
- **Renforcer l'écoute et la communication** interpersonnelle,
- **Développer l'imagination et l'intelligence** relationnelle.

Donnez du sens au travail en équipe !

PROGRAMME TYPE

08h00	Mot et café d'accueil
08h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
09h00	**Présentation des méthodes de commandement militaire**
10h00	**Exercices de mise en pratique des méthodes de commandement***
12h00	Déjeuner sur le terrain
13h00	**Exercices de mise en pratique des méthodes de commandement**
16h00	Temps d'échange et de debrief

*Sur une journée, sont réalisés 6 ateliers de 45 min par groupe de 6 à 8 personnes.





POUR ALLER + LOIN

Après avoir consolidé les bases du commandement, vos cadres dirigeants peuvent approfondir en vivant **notre stage de leadership intensif sur 48 heures** : une immersion stratégique pour renforcer leur vision, leur influence et leur capacité à fédérer durablement.

Consultez notre site internet : www.ecole-navale.fr



NAVIGUER EN ÉQUIPAGE

- 9H
  De 8h à 17h

- Certificat médical
- Savoir nager
- Mobilité autonome requise

- Tenue sobre imperméable adaptée à la saison

Disponibilités des formations : mars, avril, mi-septembre à mi-octobre

Naviguer à bord d'un voilier, c'est entrer au cœur de la culture des marins : sens du collectif, adaptation permanente, prise de décision dans l'incertitude et confiance mutuelle.

Encadrés par des marins expérimentés et qualifiés, vos collaborateurs découvrent les fondamentaux de la navigation tout en vivant une expérience exigeante, engageante et profondément fédératrice.

Une occasion unique de renforcer la cohésion, l'esprit d'équipage et la performance collective dans un cadre maritime exceptionnel.





« Naviguer ensemble, c'est apprendre à décider, à coopérer et à faire équipe.»

MOYENS NAUTIQUES

L'École navale dispose d'une flotte variée, du J80 au JPK en passant par les Centurions. Nos voiliers sont en mesure d'offrir à vos équipes des expériences de navigation diversifiées, pour une formation adaptée à tous les niveaux et tous les objectifs.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Navigation et stratégie** : Analyser l'environnement maritime et ajuster les actions,
- **Esprit d'équipage :** Renforcer la confiance et la communication au sein d'une équipe,
- **Manœuvres de bord :** Organiser les rôles et synchroniser les actions pour naviguer en sécurité,
- **Gestion de l'incertitude** : Faire preuve d'agilité collective et d'adaptabilité face aux éléments.



COMPÉTENCES

La navigation à la voile est un terrain d'apprentissage inédit. Le milieu maritime encourage les équipes à se dépasser et cultiver leur résilience. Les équipes développent leur esprit d'équipage, renforcent la confiance et les valeurs du "être ensemble" au sein de l'entreprise.

- **Maîtriser les bases de la navigation** à la voile (orientation, lecture des instruments, prise en compte des éléments vents, courants, marées),
- **Communiquer clairement et efficacement** dans un environnement exigeant,
- **Renforcer la résilience et la gestion du stress** en situation incertaine.

6 à 8 passagers par bateau

Appareillage à Brest (9h30) ou à l'École navale (9h)

PROGRAMMES TYPE

sur nos croiseurs et voiliers sportifs

EXPLORATION

08h00	Mot et café d'accueil à Brest ou à l'École navale
08h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
09h00	**Croisière en rade de Brest et Aulne maritime** Déjeuner à bord
16h00	Temps d'échange et de debrief

Contenu de la formation :

- Les fondamentaux de la navigation à la voile
- Se repérer en mer
- Découverte de l'environnement maritime : balisage, navigation côtière, marées

PERFORMANCE

08h00	Mot et café d'accueil à Brest ou à l'École navale
08h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
09h00	**Voile sportive en Finistère** Déjeuner à bord
16h00	Temps d'échange et de debrief

Contenu de la formation :

- Améliorer la performance de la navigation
- Intégrer la dimension sportive dans la conduite d'un voilier
- Mise en responsabilité de l'équipage



PROGRAMMES TYPE

Prenez le large sur l'Intrépide, voilier de légende.

10 à 20 passagers

Appareillage à Brest (9h30) ou à l'École navale (9h)



EXPLORATION

08h00	Mot et café d'accueil à Brest ou à l'École navale
8h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
9h	**Journée en mer** Départ de Brest vers le Raz de Sein, le chenal du Four ou l'Île d'Ouessant. Déjeuner à bord
16h00	Temps d'échange et de debrief

Contenu de la formation :

- Les fondamentaux de la navigation à la voile
- Se repérer en mer
- Découverte de l'environnement maritime : balisage, navigation côtière, marées

PERFORMANCE

08h00	Mot et café d'accueil à Brest ou à l'École navale
8h30	**Présentation de l'École navale et de la Marine**
9h	**Navigation d'exception** Tour de l'île d'Ouessant Passage du Raz de Sein Remontée du chenal du Four Déjeuner à bord
16h00	Temps d'échange et de debrief

Contenu de la formation :

- Améliorer la performance de la navigation
- Intégrer la dimension sportive dans la conduite d'un voilier
- Mise en responsabilité de l'équipage

OPTION : UNE NUIT À BORD

Navigation en mer d'Iroise





INFORMATIONS PRATIQUES

MODALITÉS D'ACCÈS

L'École navale et la Base navale de Brest sont des sites militaires dont l'accès est réglementé. La transmission de certaines données personnelles, **au plus tard 15 jours avant le début de la formation**, est obligatoire.
Une enquête administrative sera effectuée pour l'autorisation d'accès aux enceintes militaires.

UNE IMMERSION AVANT MÊME VOTRE ARRIVÉE

L'accès au site de l'École navale se fait certes par la route, mais vous avez aussi la possibilité d'arriver par la mer, en traversant la rade de Brest au départ de la base navale (aux horaires définis par la compagnie maritime qui assure les liaisons).

LES PETITS + DE NOS FORMATIONS

- **Un interlocuteur unique** pour vous conseiller dans le choix des activités en fonction de vos besoins, gérer l'organisation et l'accueil de votre formation sur notre site militaire.
- Les activités ainsi que le déjeuner prennent place dans **nos locaux empreints de traditions Marine** au plus près de nos élèves et officiers formateurs.
- **Une formation "déconnectée"** pour profiter pleinement de l'environnement inédit.

REJOIGNEZ LE RÉSEAU ALUMNI DE L'ÉCOLE NAVALE

En participant à l'une de nos formations, vous pouvez intégrer automatiquement notre réseau alumni, pour maintenir un lien privilégié avec l'École navale et prolonger l'expérience au-delà de la formation.



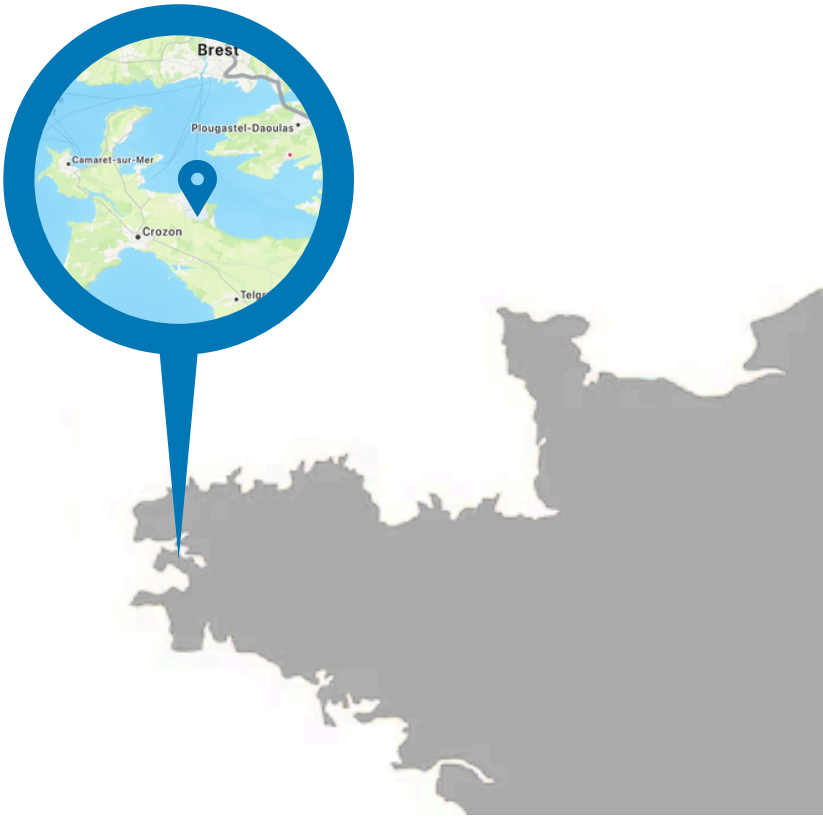






NOUS REJOINDRE

Rue du Poulmic - 29160 Lanvéoc



A PARTIR DE BREST

Accueil en gare SNCF ou à l'entrée du port militaire. Traversée en navette maritime.

DIRECTEMENT À L'ÉCOLE NAVALE

De Brest : 1h par la route
De Quimper : 1h15 par la route

ILS NOUS FONT CONFIANCE

THALES · Direction Générale des Finances Publiques · Naval Group · E.Leclerc · SHOM
Crédit Mutuel Arkéa · amazon · SNCF · KNDS · AFM
SAFRAN · Wista France · MBDA · Enedis · bouygues
La Banque Postale · SLCE watermakers · FFR Ligue de Bretagne de Rugby · La fédération des Clubs de la Défense

ÉCOLE NAVALE

CONTACTEZ-NOUS POUR UN DEVIS PERSONNALISÉ

Direction des Partenariats Institutionnels et Internationaux
partenariats@ecole-navale.fr
www.ecole-navale.fr

VOS CHARGÉS DE FORMATION CONTINUE

Jérôme BEDEAUX et Laëtitia ANGER
02 98 23 38 33 02 98 23 39 31

BCRM Brest – ÉCOLE NAVALE – CC 600 – 29 240 Brest Cedex 9
Mail : partenariats@ecole-navale.fr – Site Web : www.ecole-navale.fr
Siret 150 000 966 00013 – N° TVA Intracommunautaire : FR25150000966 – Code APE : 8542Z
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53290920829 auprès du préfet de région BRETAGNE. Cet enregistrement ne vaut pas agrément.

Crédits photos : Ecole navale - Marine Nationale - Stéphane Marc