
BRIGITTE GRETKE



E-MAIL



TÉLÉPHONE



URL LINKEDIN

LIEN VERS D'AUTRES PAGES EN
LIGNE : PORTFOLIO/SITE
WEB/BLOG

OBJECTIF

Pour commencer, cliquez sur le
texte d'un espace réservé et
entrez votre texte. Soyez concis :
une ou deux phrases.

COMPÉTENCES

Décrivez vos aptitudes
particulières. Qu'est-ce qui vous
distingue des autres ? Utilisez vos
propres mots (mais pas de jargon).



EXPÉRIENCE

COMMUNICATION ET MANAGEMENT : 21 ans de pratique

Pour PEP 57, AFOREST Lorraine, Belgique et Luxembourg, le GRETA,
C.C.I. Formation, Institut Français des Affaires, la Chambre des
Métiers

et ENTREPRISES PUBLICS ET PRIVEES (de 30 à 1000 salariés) :

- SNCF, Mairie de METZ, TCRM, CAF, URSSM, CANSSM, Etat Major
des Armées, Sita Lorraine, Industries de l'automobile en Lorraine,
Centre Hospitalier de Jury, Agence Rhin Meuse, Erel Conseil, ...)

- **Communication :**

En centres de formation, dans les collectivités et entreprises en intra
et en inter :

- Gestion du stress : 1 à 2 jours.
- Gestion de l'efficacité personnelle : 1 à 2 jours.
- Pratique de l'entretien : 1 à 2 jours.
- Gestion du temps : 1 à 2 jours.
- Prise de parole en public : 2 jours.
- Gestion de publics difficiles à l'accueil et au téléphone : 2 à 3 jours.
- Entraînement à l'entretien annuel individuel : 1 à 2 jours.

- **Management :**

En centres de formation, dans les collectivités et entreprises

- Gestion de réunion : 2 jours.
- Animation d'équipe et dynamique de groupe : 3 jours.
- Manager une équipe niveau 1,2, 3 : 2 jours pour chaque niveau.
- Manager en situation de crise : 2 à 3 jours.
- Manager le changement : 2 à 3 jours.
- Gestion et résolution de conflits : 2 à 3 jours.
- Formation formateurs occasionnels : 1 à 2 jours.

Tutorat : 2 jours

Coaching

- Cadres et non cadres

SOPHROLOGIE et PREPARATION MENTALE : 14 ans de pratique

Depuis 2001 :

- **Accompagnement individuel et groupes :**

- Cure de relaxation sophrologique et systémie familiale,
- Gestion du stress,



- Coaching

- **Gestion de groupe :**

- Préparation mentale aux examens et concours (Hôpital de Bon Secours, Lycée Hôtelier, Ecoles d'infirmières, Institut Française des Affaires,...).

Depuis 2002 :

- Préparation mentale pour sportifs de haut niveau –
Championnat de France aux Jeux Olympiques :
- Sport individuel (tennis de table, vélo),

FORMATION

COMMERCIALE

1988 à 1993 SAARI-EST, Metz, Animatrice de réseau, éditeur européen de logiciels de gestion :

Management d'équipe – Suivi et développement du réseau distributeurs.

COMPUTERLAND, Metz, distributeur informatique national :
Création et développement d'un portefeuille PME-PMI et Grands Comptes.

1986-1987/1994 Maman au foyer

ENSEIGNANTE

1982-1985 Coopération en Algérie : enseignante en biologie dans un lycée

TECHNICIENNE SUPERIEUR EN LABORATOIRE

1978-1982 En contrôle Qualité à la Brasserie de Champigneulles, chez Olida à Illkirch Graffenstaden (67) et « Au Jambon Lorrain » à Bertrichamps (88).

Technicienne Supérieure en biochimie au Centre de Recherche des Boissons du groupe B.S.N à Champigneulles (54).

2006 – 2010 Formation à la Systémie d'entreprise et familiale à l'IFKA à Grenoble

2009 Formation au coaching en préparation mentale sportive à l'IFPNL de Paris.

2005 Formation à la PNL à l'IFPNL de Paris.





2002 Formation à la sophrologie sportive à l'académie de Psychothérapie et de Sophrologie Caycédienne de Paris – Master spécialiste en socioprofylaxie en Andorre.

1999 Formation à l'HACCP à la DAFCO (délégation académique de la formation continue) à Nancy.

Formation continue vente chez I.B.M et PSS III chez Rank Xérox.

1987-1991 Formation informatique à l'AFPA à Metz

1987 – 1988 Baccalauréat en Biochimie, D.U.T en Biologie Alimentaire à Nancy

2006 – 2010 : Formation à la Systémie d'entreprise et familiale à l'IFKA à Grenoble.

2009 : Formation au coaching en préparation mentale sportive de l'IFPNL de Paris.

2005 : Formation à la PNL à l'IFPNL de Paris.

2002 : Formation à la sophrologie sportive à l'académie de Sophrologie Suisse.

2001-2002 : Relaxologue et Sophrologie diplômée de l'Académie de Psychothérapie et de Sophrologie Caycédienne de Paris – Master spécialiste en socioprofylaxie en Andorre.

1999 : Formation à l'HACCP à la DAFCO (délégation académique de la formation continue) à Nancy.

Formation continue Vente chez I.B.M. et PSS III chez Rank Xérox.

1987-1991 : Formation informatique à l'AFPA à Metz.

1987-1988 : Baccalauréat en Biochimie, D.U.T. en Biologie Alimentaire à Nancy.

FACE PEP

FORMATION – AUDIT – CONSEIL - ETUDES

