

CATALOGUE DE FORMATIONS

1^{er} Semestre 2026



SOMMAIRE



Comptabilité et fiscalité

Inscriptions	4
Faites financer votre formation	4
Modalités de participation	5
2025 en quelques chiffres	5
Nos formateurs	6
• BNC : Bien remplir sa déclaration n°2035	7
• Quels frais déduire de son BNC ?	8
• La fiscalité du véhicule professionnel	9
• Financer au mieux son véhicule : crédit bail, location ou Emprunt	10
• TVA : Comment ça fonctionne ?	11
• Impôt sur le revenu : Le B.A. BA de la déclaration n°2042	12
• Lire simplement & efficacement son bilan (Spécial BIC y compris LMP / LMNP)	13
• Facturation électronique : Préparer son arrivée en 2026 ! & Facture : Vérifier les mentions obligatoires	14
• Opportunité de passage à l'Impôt sur les Sociétés (IS) : Les fondamentaux	15
• La réforme des professions libérales réglementées : Actualités des SEL, SARL et SAS	16
• Les fondamentaux de la société holding	17



Parcours avocats

• Nouveauté 2026 Facturation et honoraires	18
• Nouveauté 2026 Gestion de la relation client	19
• Nouveauté 2026 Quand et comment se lancer quand on est avocat collaborateur	20
• Nouveauté 2026 Communication et visibilité : ce que la déontologie nous permet de faire	21
• Nouveauté 2026 CANVA pour le Legal design	22



Cabinets comptables

• Nouveauté 2026 Les points d'attention de la déclaration n°2035	23
• Nouveauté 2026 Conseiller le professionnel libéral sur la fiscalité du véhicule	24
• Loueurs meublés et les spécificités de la location saisonnière	25



Droit

• Chef d'entreprise : Protéger son conjoint et son entreprise : Anticiper l'imprévisible	26
• Donations et successions	27
• Le PACS de A à Z : Enjeux juridiques et pratiques	28



Immobilier

• Location nue ou location meublée	29
• Les spécificités de la location saisonnière	30
• SCI : Quel intérêt ?	31
• Investir à plusieurs sans se tromper : Les clés de la SCI et de l'indivision	32
• SCI : Impôt sur le Revenu ou Impôt sur les Sociétés ?	33

SOMMAIRE (suite)



La retraite

- La retraite : Les régimes obligatoires 34
- La retraite facultative : La loi Madelin et nouveaux produits 35
- La protection sociale du chef d'entreprise 36



L'intelligence Artificielle PAR MÉTIER

- **Nouveauté 2026** L'Intelligence Artificielle au service des médecins généralistes 37
- **Nouveauté 2026** L'Intelligence Artificielle au service des infirmiers.ères 38
- **Nouveauté 2026** L'Intelligence Artificielle au service des masseurs kinésithérapeutes 39



L'intelligence Artificielle

- Intelligence Artificielle : Moi, mon activité et l'IA - Niveau découverte 40
- Intelligence Artificielle : Moi, mon activité et l'IA - Niveau avancé 41
- **Nouveauté 2026** Comment l'IA peut vous faire gagner 2h par jour 42
- **Nouveauté 2026** Les outils IA indispensables pour indépendants en 2025 43
- **Nouveauté 2026** ChatGPT pour la rédaction juridique et administrative 44
- **Nouveauté 2026** Créer du contenu visuel avec l'IA (Canva, Midjourney, DALL·E) 45
- **Nouveauté 2026** L'IA pour simplifier la gestion locative 46
- **Nouveauté 2026** Maîtriser l'art du Prompt 47
- **Nouveauté 2026** ChatGPT comme assistant personnel 48
- **Nouveauté 2026** Organiser sa journée avec l'IA 49
- **Nouveauté 2026** Communication & relation client 50



Communication

- Canva (niveau découverte) 51
- Canva (niveau avancé) 52
- Facebook & Instagram 53
- Google Drive 54
- **Nouveauté 2026** Bien débuter sur TIKTOK 55



Les outils Microsoft Office

- EXCEL - Les trucs et astuces 56
- EXCEL - Les fonctions (niveau découverte) + Les Graphiques (niveau intermédiaire) 57
- EXCEL - Les fonctions (niveau avancé) 58
- EXCEL - Les tableaux croisés dynamiques 59
- WORD - Les trucs et astuces 60
- OUTLOOK (niveau intermédiaire) 61



Soft Skills

- **Nouveauté 2026** Les secrets de la mémoire 62
- **Nouveauté 2026** Optimiser sa gestion du temps... Sans stress 63
- **Nouveauté 2026** Prévenir le burn-out 64
- **Nouveauté 2026** Lecture rapide 65

Bulletin d'adhésion

66

Bulletin d'inscription

67

Inscriptions



PAR MAIL à l'adresse : formation@arcolib.fr accompagné du bulletin d'inscription



SUR VOTRE ESPACE EXTRANET

Cabinet comptable : Si vous n'êtes pas encore adhérent "Utilisateur" à ARCOLIB, merci de bien vouloir remplir le bulletin d'adhésion (page 53).

Déduisez vos frais de formation

Pour toutes les formations en lien avec votre activités, vous pouvez déduire vos frais d'inscription à nos formations de vos revenus professionnel. Une facture vous sera systématiquement adressée



LOUEURS EN MEUBLÉ : c'est aussi le cas pour vous...

Faites financer votre formation

Saviez-vous que vous pouvez bénéficier d'un financement pour acquérir de nouvelles compétences ? Nos formations sont éligibles aux dispositifs de prise en charge de Fonds d'Assurance Formation.

Pour savoir celui dont vous dépendez, rendez-vous sur :

- www.fifpl.fr si vous êtes en Profession libérale réglementée (hors médecin)
- www.secu-independants.fr si vous êtes en profession libérale non réglementée
- www.autoentrepreneur.urssaf.fr si vous êtes indépendants au régime micro-entrepreneur
- www.fafpm.org si vous êtes médecin en libéral
- www.fafcea.com si vous êtes artisan
- www.agefice.fr si vous êtes commerçant

Que vous soyez en quête de nouvelles compétences digitales, ou désireux de développer votre activité, explorez ces solutions de financement pour suivre une formation sans impacter votre budget.



PROCÉDURE DE DEMANDE DE PRISE EN CHARGE

- 1 Vous choisissez votre formation dans notre catalogue, et vous nous contactez,
- 2 Nous vous éditons une convention de formation incluant tous les éléments réglementaires (ce document faisant office de devis aux yeux du FAF),
- 3 Vous nous renvoyez la convention signée accompagnée du règlement de la formation choisie,
- 4 Vous réalisez votre demande de prise en charge auprès de votre FAF le plus amont possible de la date de la formation (recommandé),
- 5 Vous participez à la formation,
- 6 Nous vous fournissons votre attestation de présence ainsi que la facture acquittée. Tous ces éléments sont à transmettre à votre FAF pour l'obtention de votre prise en charge.

Modalités de participation

Extrait de notre règlement intérieur disponible sur votre espace privé sur www.arcolib.fr

Toutes les formations ayant un nombre limité de participants, les inscriptions seront effectuées par ordre d'arrivée. Aucune participation ne sera retenue sans règlement préalable.

L'annulation de la participation à une session de formation devra s'effectuer avec un délai de prévenance de 48h. A défaut, l'inscription à la formation reste due, sauf évènement exceptionnel, à justifier.

ARCOLIB se réserve la possibilité d'annuler certaines formations, notamment par manque de participants.

Pour les formations à distance, une activation de la caméra et du micro pourra être demandée. Le lien de connexion ne doit pas être partagé et le stagiaire s'engage à suivre seul la formation réalisée à distance. A défaut, en cas de suivi par une personne non habilitée, la connexion de ladite personne pourra être interrompue par les services de l'organisme ARCOLIB.

En cas d'absence, de retard ou de départ avant l'horaire prévu, les stagiaires doivent avertir l'organisme ARCOLIB et apporter des justifications.

L'accès à la formation pourra être refusé par les services d'ARCOLIB.

Il est interdit, sauf accord écrit de l'organisme ARCOLIB, d'enregistrer les sessions de formation. Le support de formation transmis ne devra faire l'objet d'aucune revente ou reproduction ou réutilisation tierce (diffusion ou partage). En effet, la documentation transmise lors des sessions de formation est protégée au titre de la propriété industrielle (droits d'auteurs).



Des attentes particulières ?

Contactez notre service formation avant la formation au 02 23 300 600.



En cas de situation de handicap, notre équipe est à votre disposition pour étudier les possibilités de suivi de nos formations dans les meilleures conditions.

2025 en quelques chiffres



13 formateurs



50 thèmes de formations



109 formations



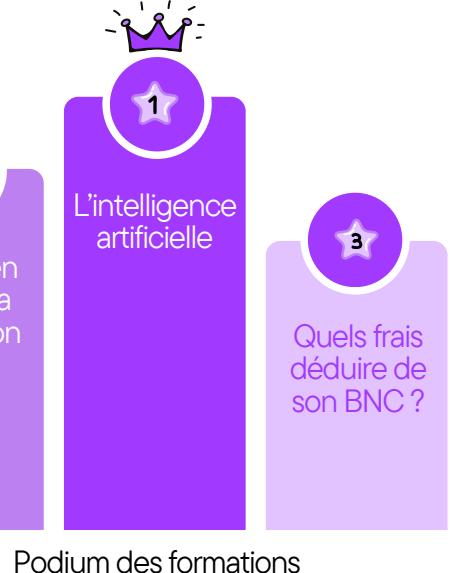
1496 Stagiaires



Taux de satisfaction



Taux de recommandation



Podium des formations

Nos Formateurs



**Solène
BARRÈS**

« La communication accessible à tous les entrepreneurs »

Consultante & formatrice en webmarketing et réseaux sociaux



**Perrine
CARPENTIER**

« Former pour connecter, engager, réussir »

Consultante & Formatrice en médias sociaux



**Rafael
CID DELVALLE**

« Apprendre à gagner plus, en travaillant autant (voire moins) »

Formateur et consultant certifié en gestion de cabinet d'avocat(s)



**Florence
CZEREPACHA**

« Reconnectez-vous à votre énergie intérieure »

Formatrice & Psychologue



**Michèle
DAHAN**

« Faire simple et clair même quand c'est compliqué »

Consultante & Formatrice en compta et fiscalité



**Anne
DAUGAN**

« Parlons droit »

Formatrice en droit



**Elisabeth
DAUSSY**

« La bureautique à portée de main »

Formatrice Pack Office (Word, Excel...)



**Vincent
DELOURMEL**

« Mémorisez mieux, pensez plus fort »

Mnémoniste Expert des stratégies de mémorisation



**Olivier
GENTRIC**

« Il n'y a pas de question bête. Celui qui n'en pose pas l'est toute sa vie »

Expert-comptable & Formateur (IS, Holding...)



**Julien
KERGUEN**

« Passionné par la transmission, motivé par votre réussite »

Formateur Google Drive, Outlook



**Ophély
LACLA**

« Créer pour se démarquer »

Formatrice Canva



**Cyril
MAITRE**

« Lecture éclair, mémoire d'acier »

Formateur en lecture rapide, stratégies et techniques de mémorisation



**Françoise
PICCA**

« Des formations au cœur de la réglementation, de l'actualité, pratiques avec un langage simple »

Expert-comptable & Formatrice LMNP/LMP, SCI...



**Matthieu
SABOURIN**

« Savoir poser les meilleures questions aux IA génératives, pour avoir les meilleures réponses ! »

Expert ChatGPT & Formateur IA génératives



**Philippe
SENAUX**

« Comprendre pour mieux décider »

Directeur d'un Organisme de Gestion Agréé spécialisé en donation, succession...



**Pascal
SOULAIN**

« Choisir plutôt que subir »

Consultant en protection sociale



BNC - Bien remplir sa déclaration n°2035

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Maîtrisez enfin votre déclaration 2035

Comprenez vos obligations, gérez efficacement vos recettes et dépenses, optimisez votre fiscalité et apprenez à déterminer en toute autonomie votre résultat fiscal.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les obligations liées à la déclaration contrôlée
- Maîtriser les différentes rubriques de la déclaration n°2035
- Savoir déterminer votre résultat fiscal

CONTENU DE LA FORMATION

Quelles sont vos obligations comptables et fiscales ?

- Tenue d'une comptabilité « Recettes-Dépenses »
- Notion de recettes imposables
- Conditions de déductibilité des dépenses
- Rapprochement bancaire

Actif Professionnel : Quelles sont les conséquences fiscales ?

- Savoir ce qu'est une immobilisation
- Tenue d'un registre des immobilisations
- Détermination des amortissements
- Sortie d'un bien de l'actif professionnel et plus-value professionnelle

Comment établir votre déclaration N° 2035?

- Le contenu des principales lignes de recettes imposables sur la déclaration N° 2035
- Le contenu des principales lignes de dépenses déductibles sur la déclaration N° 2035
- Spécificités des frais de véhicules sur la déclaration N° 2035
- Détermination de votre Résultat Fiscal

PUBLIC VISÉ

Les professionnels libéraux soumis au régime de la déclaration contrôlée n°2035

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 9 Février 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Quels frais déduire de son BNC ?

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Optimisez votre bénéfice BNC en maîtrisant enfin les règles de déductibilité

Apprenez à distinguer frais et immobilisations, à gérer les dépenses particulières et à appliquer correctement le traitement des frais mixtes.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les conditions de déduction des dépenses professionnelles
- Savoir faire la distinction entre les frais et les immobilisations
- Connaître les particularités de déduction de certains frais des BNC pouvant poser problème
- Connaître le traitement approprié aux frais mixtes

CONTENU DE LA FORMATION

Pour déterminer son bénéfice, le professionnel libéral peut déduire certains frais et d'autres pas.

- Quelles sont les conditions de fonds et de forme pour pouvoir déduire les dépenses de votre bénéfice ?
- Comment faire la distinction entre les frais et les immobilisations ?
- Quelles particularités de déduction pour les cadeaux et pour les vêtements ?
- Existe-t-il des limites quant à la déduction des frais de restauration et des frais de repas ?
- Déductibilité ou non déductibilité d'autres frais particuliers...
- Identifier les dépenses mixtes et les traiter

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 11 Février 2026

14h00 - 15h30

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



La fiscalité du véhicule professionnel

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Faites les bons choix pour votre véhicule professionnel

Maîtrisez la déduction entre frais réels et indemnités kilométriques, optimisez vos frais de déplacement et comprenez enfin les règles essentielles de TVA.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir faire un choix éclairé entre les frais réels et les indemnités kilométriques
- Maîtriser l'essentiel de la déductibilité de ces deux systèmes de déductions
- Connaître le B.A. BA de la TVA déductible du véhicule professionnel

CONTENU DE LA FORMATION

- Comment déduire du bénéfice les frais de déplacement professionnels ?
- Comment faire le bon choix entre les frais réels et l'option pour les indemnités kilométriques ?
- Connaître les spécificités de déduction des frais réels du véhicule
- Connaître les spécificités de déduction du barème kilométrique
- La déduction de la TVA du véhicule particulier et des frais y afférents

PUBLIC VISÉ

Professionnels libéraux

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 23 Février 2025

09h00 - 10h30

VOS RETOURS

4.9/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Financer au mieux son véhicule : crédit bail, location ou Emprunt

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Choisissez le mode de financement le plus avantageux pour votre véhicule professionnel

Comprenez les impacts fiscaux et financiers du crédit-bail, de la location et de l'emprunt afin d'optimiser votre investissement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les modes de financement possibles
- Comprendre les conséquences de chaque choix sur le bénéfice
- Choisir la meilleure solution de financement du véhicule professionnel dans le cadre d'une nouvelle acquisition ou d'un renouvellement.

CONTENU DE LA FORMATION

Emprunt, cash, leasing, location simple, location longue durée :

- Modalités de chacune de ces solutions
- Sur quelle durée souscrire ?
- Quel montant demander ?

Quels sont les avantages et les inconvénients de chacune de ces solutions de financement ?

Mesurer les conséquences de vos choix sur le bénéfice ?

Quel est le meilleur choix pour vous ?

PUBLIC VISÉ

Professionnels libéraux

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN
Formatrice et
consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 26 Février 2026

14h00 - 15h30

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



TVA : Comment ça fonctionne ?

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Comprenez enfin le fonctionnement de la TVA

Maîtrisez son champ d'application, apprenez à calculer la TVA collectée et déductible, et sachez déclarer vos opérations en toute sécurité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- S'informer sur le champ d'application de la TVA
- Calculer la TVA collectée et déductible
- Déclarer et régler sa TVA

CONTENU DE LA FORMATION

Comment fonctionne la TVA pour les professionnels ?

La franchise en base de TVA

- Quel seuil pour la franchise en base de TVA ?
- Que se passe-t-il en cas de dépassement du seuil ?

Comment réaliser une facture avec TVA ?

Le calcul de la TVA collectée

- Opérations imposables
- Les activités exonérées

Le calcul de la TVA déductible

- Conditions pour récupérer la TVA
- Exclusion du droit à déduction de certains biens et services

Formalités déclaratives sur le site impot.gouv.fr

- Le régime simplifié ou régime normal

PUBLIC VISÉ

Tous les entrepreneurs et micro-entrepreneurs BIC ou BNC souhaitant s'initier à la TVA

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 9 Mars 2026

14h00 - 15h30

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Impôt sur le revenu : Le B.A. BA de la déclaration n°2042

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Maîtrisez l'essentiel de votre déclaration d'impôt

Comprenez le fonctionnement de l'impôt sur le revenu, vérifiez correctement vos revenus BIC/BNC à reporter sur la 2042 et identifiez les crédits et réductions d'impôt auxquels vous pouvez prétendre.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le fonctionnement global de l'impôt sur le revenu
- Vérifier et/ou compléter l'essentiel des rubriques courantes des BIC et BNC à reporter sur la 2042.
- Connaître les conditions d'octroi de certains crédits ou réductions d'impôt professionnels

Il ne sera pas traité de la cessation d'activité ni des plus-values professionnelles

CONTENU DE LA FORMATION

S'approprier les notions d'ordre général :

- Les différents revenus catégoriels
- Les règles de base de calcul
- Le quotient familial
- Les taux d'imposition en vigueur

Comment vérifier ou compléter les revenus en tant que micro-entrepreneur ?

Comment vérifier ou compléter les revenus professionnels de 2035 vers la 2042 ?

Comment vérifier ou compléter les revenus professionnels de 2033 vers la 2042 ?

Rappel des conditions d'octroi et report sur la 2042 de :

- La réduction d'impôt pour frais de tenue de comptabilité
- Le crédit d'impôt pour formation du chef d'entreprise

PUBLIC VISÉ

Tous les professionnels souhaitant une initiation à la 2042

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 2 Avril 2026

14h00 - 15h30

VOS RETOURS

4.4/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Lire simplement & efficacement son bilan (Spécial BIC y compris LMP / LMNP)

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Lisez votre bilan en un coup d'œil

Identifiez les indicateurs clés, comprenez la santé et la rentabilité de votre entreprise, et gagnez en aisance pour dialoguer efficacement avec votre banquier, votre expert-comptable ou un repreneur.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les éléments clés du bilan et du compte de résultat
- Mieux communiquer avec le banquier, l'expert-comptable ou le repreneur de votre entreprise

CONTENU DE LA FORMATION

Pour profiter au mieux de cette formation, vous pouvez vous munir de votre dernière plaquette bilan

Le cadre général

- La comptabilité d'engagement
- Les principes comptables

Décrypter la santé financière de l'entreprise : Le Bilan

- Connaître les grandes rubriques de l'actif : immobilisations, amortissements et actifs circulants
- Connaître les grandes rubriques du passif : capitaux propres et dettes
- Connaître les principales grandeurs qu'utilisent les banquiers

Évaluer la rentabilité de l'entreprise : Les Soldes

Intermédiaires de Gestion (SIG)

- Comprendre comment se calcule un bénéfice comptable
- Les marges
- L'excédent brut d'exploitation – EBE
- La capacité d'autofinancement – CAF
- Repérer les points forts et faibles de son entreprise

PUBLIC VISÉ

Tous les BIC débutants souhaitant comprendre le contenu des comptes annuels

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN

Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 23 Février 2026

14h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Facturation électronique : Préparer son arrivée en 2026 ! & Facture : Vérifier les mentions obligatoires

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Préparez-vous dès maintenant à la facturation électronique

Maîtrisez les mentions obligatoires, assurez la conformité de vos factures et anticipiez les nouvelles obligations légales pour ne pas être bloqué à l'arrivée de la facture électronique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- S'informer sur les nouvelles obligations de facturation électronique
- Connaître les principales mentions obligatoires à respecter pour être en conformité par rapport aux obligations légales et ne pas être bloqué lors de l'arrivée de la facture électronique.

CONTENU DE LA FORMATION

Établir une facture en bonne et due forme

- Rappel des principales mentions à indiquer sur les factures
- Nouvelles mentions obligatoires en vue de l'arrivée de la facture électronique

Faire le point sur la facture électronique

- Faire la différence entre une facture électronique et une facture PDF ?
- L'obligation qui incombe à toutes les entreprises dès septembre 2026
- Les 2 autres obligations auxquelles vous serez soumis dès 2027
- Le calendrier de la réforme
- Comment sera adressée une facture électronique à votre client ?
- Qu'est-ce que le e-invoicing et le e-reporting ?
- Quels rôles joueront le portail public et les plateformes privées?

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Michèle DAHAN
Formatrice et
consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 19 Mars 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.9/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Opportunité de passage à l'Impôt sur les Sociétés (IS) : Les fondamentaux

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Comprenez et optimisez l'option à l'Impôt sur les Sociétés

Explorez les mécanismes de l'Impôt sur les Sociétés pour évaluer, comparer et saisir les opportunités fiscales.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les contours du régime de l'Impôt sur les Sociétés
- Déterminer si un changement de régime fiscal est opportun
- Identifier les scénarios dans lesquels l'IS permet une optimisation de la rémunération, des dividendes ou des plus-values

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction

- Contexte de cette opportunité d'option à l'Impôt sur les Sociétés
- Structures juridiques qui peuvent opter à l'Impôt sur les Sociétés

Fonctionnement du régime de l'Impôt sur les Sociétés

- Imposition des revenus du dirigeant
- Imposition de la société
- Imposition des dividendes
- Imposition des Plus-values à la sortie

Opportunités d'une option à l'Impôt sur les Sociétés

- Avantages / Inconvénients
- Situations où cette option est pertinente

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Olivier GENTRIC

Expert-comptable & Formateur (IS, Holding...)

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Vendredi 6 Février 2025

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



La réforme des professions libérales réglementées : Actualités des SEL, SARL et SAS

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Maîtrisez les évolutions juridiques et fiscales

Comprenez les changements clés pour piloter vos structures libérales en toute conformité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- S'informer sur les actualités juridiques, fiscales, sociales en lien avec la réforme des SEL
- Appréhender la nouvelle architecture de la rémunération du dirigeant
- Comprendre les impacts fiscaux de cette réforme au niveau professionnel et personnel

CONTENU DE LA FORMATION

Focus juridique

- Nouvelle réglementation des SEL et SPFPL
- Familles de professions libérales réglementées
- Démarches juridiques à entreprendre

Focus fiscal et social : rémunération des associés de SEL

- Distinction des fonctions
 - Mandat social
 - Fonctions techniques libérales
 - Fonctions techniques subordonnées
- La SELAS
 - Rémunération technique : régime fiscal et social
 - Rémunération présidence : régime fiscal et social
- La SELARL
 - Rémunération technique : régime fiscal et social
 - Rémunération gérance : régime fiscal et social
 - Démarche juridique : immatriculation de l'Entreprise Individuelle
 - Réponses de l'Administration

Questions/réponses avec les participants

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Olivier GENTRIC

Expert-comptable & Formateur (IS, Holding...)

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 25 Février 2026

14h00 - 16h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Les fondamentaux de la société holding

COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

Maîtrisez les enjeux juridiques et fiscaux de la société holding

Explorez les fondamentaux de la société holding, ses intérêts fiscaux, ses limites et les bonnes pratiques pour construire un montage adapté à votre activité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Appréhender le fonctionnement d'une société holding
- Déterminer les cas d'usages pertinents d'une société holding
- Identifier les limites du montage holding

CONTENU DE LA FORMATION

Définitions et principes de base

- Qu'est-ce qu'une société holding ?
- Cas d'usage d'une société holding
- Limitations pour les professions libérales réglementées

Intérêt fiscal de la société holding et mécanismes à l'œuvre

- Rachat avec effet de levier : régime mère-fille
- Piloter les revenus du dirigeant

Structuration juridique d'un montage holding

- Conditions préalables au montage holding
- Formes juridiques classiques : SARL et SAS
- Formes juridiques spécifiques aux professions libérales réglementées : SEL, SPFPL / Holding patrimoniale

Les limites du montage holding

Les bonnes pratiques avant de créer une holding

Synthèse des solutions

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h30 en **VISIO**

FORMATEUR



Olivier GENTRIC

Expert-comptable & Formateur (IS, Holding...)

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 4 Février 2026

09h30 - 12h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Facturation et honoraires

PARCOURS AVOCATS

Maîtrisez les enjeux de la facturation de l'avocat

De la convention à l'encaissement, faites le point sur chacune des étapes pour rentabiliser votre activité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Construire une convention d'honoraires claire, sécurisée et adaptée au dossier, mettre en place sa stratégie
- Structurer un processus complet de facturation : ouverture, provision, factures intermédiaires et facture finale
- Mettre en place un système efficace de relances et prévenir les impayés
- Maîtriser les bases de la procédure de taxation et savoir s'y préparer

CONTENU DE LA FORMATION

La convention d'honoraires

- Protection juridique, clarté financière, image professionnelle
- Obligations réglementaires (art. 11 RIN) et clauses essentielles
- Modèles et bonnes pratiques

L'organisation tarifaire

- Tarification à l'heure vs forfait
- Facturation à la valeur
- Calcul du point mort, facturation à atteindre et grille tarifaire

La facturation

- Lettre, facture d'ouverture et mentions obligatoires
- Valorisation de l'expertise ("vendre l'invisible")

Les relances

- Établir un calendrier structuré et gérer les différentes relances
- Calling, externalisation, outils de pilotage

La taxation

- Déroulé de la procédure et constitution du dossier
- Enjeux, délais et stratégie

La relation durable avec le client

- Clarté des honoraires, confiance, suivi relationnel
- Facilités de paiement
- Fidélisation et gestion des tensions financière

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours, fiches mémo et modèles pratiques.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Avocats

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Rafael CID DELVALLE

Consultant & formateur juridique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 26 Janvier 2026

10h00 - 13h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Gestion de la relation client

PARCOURS AVOCATS

Rassurez votre clientèle

Structurez la prise de contact entre conformité, efficacité et écoute.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les obligations déontologiques qui encadrent chaque étape de la relation client (RIN, CDAE, RGPD)
- Assurer un suivi client clair et continu, tout en maîtrisant les règles relatives au secret professionnel
- Mettre en place un processus d'archivage rigoureux et conforme aux textes applicables
- Développer une stratégie de fidélisation alignée avec les principes essentiels de la profession

CONTENU DE LA FORMATION

La prise de contact

- Obligations et importance d'un processus clair
- Pré-consultation : limites et cadre déontologique

La première rencontre

- Information équilibrée : honoraires, prudence et succession
- Communication verbale et non verbale
- Méthode de travail et récolte d'informations

L'ouverture du dossier

- Égalité de traitement des clients (AJ / taux horaire)
- Courriers et Convention d'honoraires personnalisée
- Formalisation dans les outils et dossiers

Le suivi du dossier

- Obligation d'information, prudence et transparence
- Secret professionnel (art. 2 RIN), courriers officiels
- Structurer les rappels et modèles

L'archivage du dossier

- Devoirs de diligence, information, conservation et RGPD
- Gestion de la demande de documents archivés
- Mise en place d'un vrai processus d'archivage

La fidélisation

- Déontologie : compétence, dévouement, diligence
- Importance d'un fichier client structuré

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours, fiches mémo et modèles opérationnels.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Avocats

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Rafael CID DELVALLE
Consultant & formateur
juridique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 16 Février 2026

10h00 - 13h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Quand et comment se lancer quand on est avocat collaborateur

PARCOURS AVOCATS

La check-list de l'avocat collaborateur qui se lance

Identifiez le bon moment pour vous lancer en tenant compte de votre maturité professionnelle, votre autonomie et votre environnement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Évaluer sa stabilité financière, calculer le point mort et développer une stratégie réaliste de lancement
- Construire une visibilité et une crédibilité suffisantes pour amorcer une clientèle propre et s'entourer des bons partenaires
- Les bases juridiques, administratives, organisationnelles nécessaires à l'ouverture d'un cabinet

CONTENU DE LA FORMATION

La maturité professionnelle : le moment du basculement

- Autonomie, prise de décisions, gestion des responsabilités
- Analyse des moteurs, freins et compétences hors droit
- Plan personnel de progression

La stabilité financière : sécuriser son lancement

- Calcul du point mort et projection de chiffre d'affaires
- Charges fixes, variables, trésorerie de départ
- Viabilité du projet, stratégie tarifaire et grille tarifaire

Visibilité & crédibilité : exister professionnellement en dehors du cabinet d'accueil

- Positionnement professionnel et notoriété
- Outils de communication (...)

Poser la structure : créer le cadre d'exercice

- Immatriculation, statuts, URSSAF, nom commercial, identité visuelle
- Organisation : local, documentation et process

Les partenariats : s'entourer pour réussir

- Comptable, banque professionnelle, assurances
- Logiciel métier, outils de facturation et gestion électronique
- Prestataires externes et partenariats interprofessionnels .

Faire durer le tout : maintenir l'activité sans s'épuiser

- Gestion du temps, équilibre pro/perso
- Protocoles relationnels, communication client, organisation du cabinet (...)

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours, fiches mémo et modèles utiles.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Avocats

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Rafael CID DELVALLE
Consultant & formateur juridique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 16 Mars 2026

10h00 - 13h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Communication et visibilité : ce que la déontologie nous permet de faire

PARCOURS AVOCATS

Transformez les concepts en résultats

Dirigez-vous vers une communication actionnable et déontologique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le rôle de la communication et définir sa propre stratégie
- Déterminer un niveau de visibilité adapté
- Construire une image de marque cohérente : nom, logo, message, storytelling professionnel
- Identifier et utiliser les supports de communication adaptés
- Développer sa présence en ligne en toute conformité

CONTENU DE LA FORMATION

L'intérêt de la communication

- Pourquoi communiquer et comment le faire ?
- Comprendre les outils : intellectuels, traditionnels, technologiques
- Publicité fonctionnelle / personnelle ; sollicitation personnalisée (...)

L'image de marque

- Expertise, storytelling, valeurs et identité du cabinet
- Dénomination, logo, cohérence visuelle
- Spécialisation juridique : usages autorisés
- Investissement dans l'image professionnelle

Les supports de communication

- Supports traditionnels et outils numériques
- Décliner son identité visuelle (...)

Le merchandising

- Objets de correspondance, supports d'écriture et marquage de documents (tampons)
- Finalité pratique et limites déontologiques

La présence en ligne

- Site internet, réseaux sociaux, Google My Business (...)
- Gestion du comportement du client en ligne

La stratégie de communication

- Objectifs, audience, confidentialité et interdictions du RIN
- Coordination des actions

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours, fiches mémo et modèles utiles.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Avocats

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Rafael CID DELVALLE
Consultant & formateur
juridique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 19 Mai 2026

13h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



CANVA pour le Legal design

PARCOURS AVOCATS

Créez des supports juridiques clairs, visuels et accessibles

Comprenez les principes fondamentaux du Legal design et son intérêt dans la pratique juridique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les fonctionnalités essentielles de Canva pour créer des documents professionnels
- Transformer un contenu juridique complexe en supports visuels compréhensibles (fiches, schémas, infographies)
- Construire une identité visuelle cohérente (couleurs, typographies, mise en page)
- Concevoir rapidement des supports et produire un livrable

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction au legal design

- Définition, enjeux, bénéfices
- Cadre déontologique : information claire et loyale (...)

Prise en main de Canva

- Interface, templates, bibliothèques, éléments
- Importation de chartes graphiques et logos
- Gestion des pages, export pdf / png / web

Construire une identité visuelle adaptée au secteur juridique

- Choix des couleurs et typographies en toute sobriété
- Bonnes pratiques dédiées aux cabinets d'avocats

Transformer un contenu juridique en visuel

- Méthode de simplification et de hiérarchisation
- Création d'infographies, timelines, schémas procéduraux
- Structuration de fiches mémo

Atelier pratique : créer un support de legal design

- Étude d'un cas juridique simple
- Production d'un visuel clair sur Canva
- Feedback collectif

Ritualiser la création de supports visuels au cabinet

- Gagner du temps au quotidien
- Construire sa bibliothèque interne
- Bonnes pratiques pour rester conforme et professionnel

PUBLIC VISÉ

Avocats

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Rafael CID DELVALLE

Consultant & formateur juridique

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 9 Juin 2026

13h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours, fiches mémos, modèles.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Les points d'attention sur la déclaration n°2035

CABINETS COMPTABLES

Maîtrisez les points sensibles de la déclaration n°2035.

Gagnez en assurance dans le traitement des dossiers en apprenant à sécuriser vos classifications, à éviter les erreurs fréquentes et à optimiser la conformité fiscale de vos clients.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les postes de la déclaration n°2035 nécessitant une vigilance particulière
- Classer correctement immobilisations, recettes et frais selon les règles applicables
- Vérifier la conformité fiscale de la déclaration n°2035

CONTENU DE LA FORMATION

Les immobilisations nécessitant une attention particulière

- Distinguer les frais des immobilisations
- Cas particuliers (biens de faible valeur, site internet,...)
- Traitement du véhicule professionnel sur la déclaration n°2035
- Plus-values professionnelles

Les recettes nécessitant une attention particulière

- Remboursements de frais et les débours
- Gains divers
- Trop payés

Les frais nécessitant une attention particulière

- Les conditions de fonds et de forme pour déduire les frais
- Frais de repas et de réceptions
- Frais mixtes et loyer à soi-même
- Ventilation de l'URSSAF sur la déclaration N°2035
- Limites de déductibilité des cotisations TNS facultatives et de la CSG
- Les autres frais particuliers (cadeaux, frais de représentation, blanchissage, taxe foncière, ...)

La fiscalité du véhicule est traitée dans un webinaire dédié «Conseiller le professionnel libéral sur la fiscalité du véhicule»

PUBLIC VISÉ

Cabinets comptables

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Michèle DAHAN
Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 24 Février 2026

14h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Conseiller le professionnel libéral sur la fiscalité du véhicule

CABINETS COMPTABLES

Conseillez vos clients avec assurance sur la fiscalité de leur véhicule.

Cette formation vous donnera les essentiels pour comparer frais réels et indemnités kilométriques et guider chaque professionnel libéral vers l'option la plus avantageuse.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser l'essentiel de la déductibilité des frais réels du véhicule et des indemnités kilométriques
- Être à même de conseiller son client dans le choix entre ces 2 systèmes de déduction

CONTENU DE LA FORMATION

- Les principales catégories de véhicules professionnels
- Choisir dans quel patrimoine inscrire le véhicule professionnel
- Que déduire exactement dans le cadre des frais réels ?
- La gestion de l'usage mixte du véhicule
- L'option pour le système des indemnités kilométriques : matérialisation et conditions
- Les kilomètres professionnels parcourus à prendre en compte
- Comment aider son client à faire le bon choix entre frais réels et indemnités kilométriques ?
- Les conditions requises pour passer d'un système à l'autre
- Les conséquences de ce choix sur la déclaration N°2035

PUBLIC VISÉ

Cabinets comptables

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Michèle DAHAN
Formatrice et consultante

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 18 Mars 2026

09h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Loueurs en meublés et les spécificités de la location saisonnière

CABINETS COMPTABLES

Gestion sous contrôle !

Comprenez les spécificités juridiques, fiscales et sociales des locations meublées, et maîtrisez la gestion des dossiers LMP/LMNP

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les particularités juridiques et comptables des dossiers de loueurs meublés
- Maîtriser la fiscalité et les aspects sociaux des LMP et LMNP

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction / Définition

- Aspects juridiques
- Réglementation

1^{ère} partie : Points communs LMP / LMNP

- Avantages
- Conditions d'accès
- TVA et autres impôts
- Cotisations sociales

2^{ème} partie : Comptabilité

- Modalités pratiques
- Immobilisations
- Amortissements

3^{ème} partie : Fiscalité

- Réintégrations, déductions
- Déclaration IR
- Plus-values
- Résidents étrangers

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Cabinets comptables

DURÉE

7h00 en **VISIO**

2 demi-journées de 3h30

FORMATRICE



Françoise PICCA

Expert-Comptable & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 03 Mars 2026

13h30 - 17h00

Vendredi 06 Mars 2026

09h00 - 12h30

VOS RETOURS

4.8/5 ★★★★★

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Chef d'entreprise : Protéger son conjoint et son entreprise

DROIT

Anticiper l'imprévisible !

Maîtrisez les impacts du décès d'un dirigeant sur la société et organisez votre succession pour protéger vos proches et vos actifs.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Préciser l'essentiel du déroulement d'une succession
- Connaître les conséquences du décès pour mieux protéger l'entreprise et la famille

CONTENU DE LA FORMATION

- Déroulement d'une succession : rappel des fondamentaux
- Le chef d'entreprise pacsé
- Le chef d'entreprise marié
- Conséquence du décès d'un dirigeant de société sur la société
- Fiscalité des successions : Combien ? Qui paye les droits ?

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

6h00 en **VISIO**

2 demi-journées de 3h00

FORMATEUR



Philippe SENAUX

Directeur d'un Organisme de Gestion Agréé spécialisé en donation, succession...

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATES & HORAIRES

**Mardi 24 &
Mercredi 25 Mars 2026**
14h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Donations et successions

DROIT

Anticipez, organisez et sécurisez vos transmissions patrimoniales

Décodez les règles successorales et les outils de donation pour protéger vos proches et optimiser la transmission de vos biens.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître l'essentiel des différentes formes de donations
- En apprécier l'impact sur la situation patrimoniale actuelle, les choix futurs de la gestion patrimoniale et sur l'organisation de la succession
- Connaître l'essentiel des droits du conjoint survivant et du droit successoral

CONTENU DE LA FORMATION

Les donations

- Conditions relatives aux personnes du disposant et du gratifié
- Le démembrément de propriété
- Les différents types de donations
- La donation-partage

La succession

- Le conjoint survivant
- La dévolution successorale
- Les droits de succession et les contrats de mariage Règles communes à toutes les libéralités
- La déclaration de succession et le paiement des droits
- L'indivision successorale

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

6h00 en **VISIO**

2 demi-journées de 3h00

FORMATEUR



Philippe SENAUX

Directeur d'un Organisme de Gestion Agréé spécialisé en donation, succession...

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

**Mardi 03 &
Mercredi 04 Mars 2026**
09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.9/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Le PACS de A à Z : Enjeux juridiques et pratiques

DROIT

Du montage à la dissolution : sécurisez votre PACS

Explorez les fondements, les effets et les démarches du PACS pour anticiper et sécuriser vos choix personnels et patrimoniaux.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Expliquer le cadre juridique du PACS, de sa conclusion à sa dissolution
- Analyser ses effets personnels et patrimoniaux
- Identifier les modalités de modification et de rupture du PACS

CONTENU DE LA FORMATION

- Textes
- Formation du PACS
- Modifications du PACS
- Effets personnels du PACS
- Effets patrimoniaux du PACS
- Dissolution du PACS
- Effets de la dissolution du PACS

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Anne DAUGAN

Formatrice en droit

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 09 Avril 2026

14h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★☆

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Location nue ou location meublée

IMMOBILIER

Maîtrisez vos choix, optimisez vos biens !

Comprenez leurs avantages et leurs limites afin de gérer vos biens en toute sérénité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les termes appropriés
- Comprendre l'intérêt et les inconvénients de la location nue
- Comprendre l'intérêt et les inconvénients de la location meublée

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction

- Définition, principes
- TVA sur location

1ère partie : location nue

- Calcul du revenu imposable
- Conséquence à la revente

2ème partie : location meublée

- Calcul du revenu imposable
- Points de vigilance
- Différences LMP / LMNP
- Conséquence à la revente

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Françoise PICCA
Expert-Comptable & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Vendredi 20 Février 2026

10h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.9/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Les spécificités de la location saisonnière

IMMOBILIER

Maîtrisez obligations, fiscalité et gestion !

Gérez vos biens en toute conformité

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Appréhender les spécificités juridiques, fiscales et sociales de la location de courte durée avec leurs évolutions récentes
- Passer en revue les obligations des loueurs saisonniers
- Comprendre les obligations comptables et fiscales des loueurs saisonniers
- Connaître les cotisations dues

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Françoise PICCA
Expert-Comptable &
formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 26 Mars 2026

10h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.8/5 ★★★★★

CONTENU DE LA FORMATION

Aspects juridiques

- Définition
- Obligations du propriétaire
- Déclaration d'activité

Aspects comptables et fiscaux

- Seuils
- TVA
- CFE
- Taxes foncières
- Taxes de séjour, taxe d'habitation
- Obligations comptables
- Déclaration de revenus

Aspects sociaux

- Cotisations sociales, prélèvements sociaux

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



SCI : Quel intérêt ?

IMMOBILIER

Optimisez votre patrimoine en toute connaissance !

Apprenez à gérer une SCI en maîtrisant ses aspects juridiques, fiscaux et comptables, et découvrez comment elle peut servir vos projets patrimoniaux ou professionnels.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les principes juridiques de la SCI, de sa création à son fonctionnement
- Appliquer les règles comptables et fiscales liées à la gestion d'une SCI
- Évaluer l'intérêt de la SCI selon un objectif patrimonial ou professionnel

CONTENU DE LA FORMATION

Aspects juridiques

- Objet, TVA
- Constitution
- Assemblée générale annuelle

Aspects comptables

- Obligations
- Immobilisation, amortissements

Aspects fiscaux

- Impôt sur le revenu, Impôt sur les sociétés
- Détermination du résultat à l'Impôt sur les sociétés
- Détermination du résultat à l'Impôt sur le revenu
- Plus-value à l'Impôt sur les sociétés
- Plus-value à l'Impôt sur le revenu

Conclusion

- Synthèse de l'intérêt d'une SCI

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Françoise PICCA

Expert-Comptable & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 26 Mars 2026

14h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Investir à plusieurs sans se tromper : Les clés de la SCI et de l'indivision

IMMOBILIER

Faites le bon choix pour votre patrimoine !

Découvrez les clés pour comprendre le fonctionnement et l'intérêt d'une SCI par rapport à l'achat en indivision, et choisissez la solution la mieux adaptée à vos projets

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre l'intérêt du choix d'une SCI plutôt qu'un achat en indivision
- Comprendre le fonctionnement et la finalité d'une SCI

CONTENU DE LA FORMATION

Indivision

- Résidence principale
- Difficultés de sortie
- Investissement locatif (nu). Détermination du résultat de chacun
- Location meublée. Forme juridique, comptabilité, fiscalité

SCI

- Résidence principale
- Aspect juridique et comptable
- Investissement locatif (nu). Détermination du résultat de la SCI, et des associés
- Location meublée. Détermination du résultat de la SCI et imposition

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Françoise PICCA
Expert-Comptable &
formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Vendredi 10 Avril 2026

10h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



SCI : Impôt sur le Revenu ou Impôt sur les Sociétés ?

IMMOBILIER

Maîtrisez votre choix !

Apprenez à comparer l'impôt sur les revenus et l'impôt sur les sociétés pour une SCI, et calculez les plus-values sur cession selon le régime choisi pour optimisez votre fiscalité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre l'intérêt du choix de l'Impôt sur les Sociétés ou de l'Impôt sur le Revenu
- Calculer les plus-values sur cession à l'Impôt sur les Sociétés et à l'Impôt sur le Revenu

CONTENU DE LA FORMATION

Détermination du résultat

- A l'Impôt sur le Revenu
- A l'Impôt sur les Sociétés
- Comparaison en présence de travaux, en l'absence de travaux

Détermination de la plus-value en cas de cession d'immeuble

- A l'Impôt sur le Revenu
- A l'Impôt sur les Sociétés
- La récupération des fonds à l'Impôt sur les Sociétés

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Françoise PICCA

Expert-Comptable & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 20 Avril 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.8/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



La retraite : Les régimes obligatoires

LA RETRAITE

Préparez votre retraite avec stratégie et sérénité

Découvrez les mécanismes des régimes obligatoires, les options de départ anticipé et les stratégies pour optimiser vos droits.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir réaliser sa reconstitution de carrière pour sécuriser ses droits
- Comprendre le calcul des droits retraite dans les régimes salariés et indépendants
- Répondre aux questions essentielles : Quand partir ? Comment procéder ? Combien percevoir ?

CONTENU DE LA FORMATION

- La reconstitution de carrière : la validation des trimestres et des points ou comment éviter de perdre des droits par ignorance ?
- Le mode de calcul des droits Retraite dans chaque régime de base et complémentaire
- La stratégie de choix optimal de l'âge de liquidation de la retraite
- Les particularités : Départ anticipé, Rachat de trimestres, Cumul Emploi / Retraite, ...

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Pascal SOULAINE

Consultant en protection sociale

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 17 Février 2026

09h00 - 11h00

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



La retraite facultative : La loi Madelin et nouveaux produits

LA RETRAITE

Optimisez votre retraite

Apprenez à combiner PER, PERP, Madelin et assurance-vie pour maximiser vos revenus et préparer sereinement votre retraite.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les principes de la retraite facultative par capitalisation pour les indépendants
- Connaître l'approche juridique et fiscale des principaux supports (PERP, Loi Madelin, assurance-vie, PER...)
- Savoir sélectionner le support et le produit le plus adapté à sa stratégie personnelle

CONTENU DE LA FORMATION

- La construction d'un revenu « Retraite » (Evaluation des besoins, Mise en évidence des découvertes et les moyens d'amélioration du revenu pendant la retraite)
- Le nouveau Plan d'Epargne Retraite (PER) - issu de la réforme PACTE - à la disposition de tous les épargnants
- La Retraite viagère : la Loi Madelin et / ou le PERP ?
- L'Assurance-vie : placement « multi-usages » ?
- L'Epargne Salariale PEE / PERCO : une alternative ?
- Principe de comparaison et d'optimisation des différents systèmes selon la stratégie personnelle du Chef d'Entreprise

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Pascal SOULAINE

Consultant en protection sociale

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 13 Avril 2026

09h00 - 11h00

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



La protection sociale du chef d'entreprise

LA RETRAITE

Anticipez risques et imprévus

Évaluez vos besoins, analysez vos garanties existantes et optimisez votre prévoyance et complémentaire santé pour sécuriser votre avenir et celui de vos proches.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les garanties existantes dans les régimes obligatoires
- Evaluer ses propres besoins en contrats complémentaires
- Détecter les clauses de (re)négociations possibles des contrats

CONTENU DE LA FORMATION

- L'évaluation de ses besoins financiers en cas de décès, d'invalidité définitive ou d'incapacité temporaire
- La prise en compte des garanties existantes dans vos caisses obligatoires (CARMF, CIPAV, CARPIMKO, CARCDSF, SSI, MSA...)
- L'analyse détaillée des contrats d'assurance (franchise, durée d'indemnisation, taux d'invalidité...)
- La mise en évidence des éventuelles possibilités d'économies de budget et/ou d'amélioration de garantie de :
 - Votre complémentaire santé
 - votre prévoyance
- Comment (re)négocier son programme de prévoyance et de complémentaire santé

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Pascal SOULAINE

Consultant en protection sociale

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 5 Mars 2026

09h00 - 11h00

VOS RETOURS

4.2/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

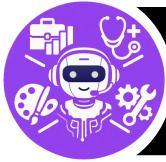
Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



L'Intelligence Artificielle au service des médecins généralistes

L'IA PAR METIER

Vous passez plus de temps à rédiger qu'à soigner ?

Cette formation vous apprend à utiliser ChatGPT et Claude pour générer vos certificats médicaux, structurer vos courriers aux spécialistes, résumer les recommandations HAS et créer des fiches patient. Le tout dans le respect du secret médical et du RGPD.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Générer des certificats médicaux (sport, aptitude, arrêt...) par dictée vocale en 10 secondes
- Rédiger des courriers aux spécialistes structurés et complets rapidement
- Synthétiser un dossier patient complexe avant une consultation
- Accéder aux dernières recommandations HAS et études via l'IA
- Créer des fiches d'éducation thérapeutique personnalisées pour vos patients
- Maîtriser les règles de confidentialité et RGPD dans l'usage de l'IA

CONTENU DE LA FORMATION

- **Configurer votre assistant IA "spécial médecin"** : custom instructions adaptées à la médecine générale, ton professionnel, respect du cadre déontologique
- **Certificats en 10 secondes** : sport, aptitude, arrêt de travail, dispense, vaccination... par simple dictée
- **Courriers spécialistes structurés** : cardiologue, dermatologue, psychiatre... avec motif, antécédents pertinents, examen et question précise
- **Synthèses patient avant consultation** : résumer un dossier complexe en 5 points clés avant de recevoir le patient
- **Veille médicale assistée** : "Quelles sont les dernières recos HAS sur le diabète type 2?" → réponse sourcée en 30s
- **Fiches patient personnalisées** : conseils hygiéno-diététiques, surveillance traitement, conduites à tenir
- **Confidentialité et RGPD** : ce qu'on peut et ne peut pas mettre dans l'IA, bonnes pratiques de sécurité
- **Atelier pratique** : chaque participant génère un certificat, un courrier et une fiche patient

Situation

Parent demande certificat sport natation enfant 8 ans, examen RAS

Patient hypertendu mal équilibré, vous l'adressez au cardiologue

Patient diabétique T2 nouvellement diagnostiquée, beaucoup de questions

Ce que l'IA fait pour vous

Vous dictez "certif sport natation 8 ans RAS" → certificat complet imprimable en 10 sec

Courrier structuré : motif, ATCD CV, traitements actuels, derniers bilans, question précise

Fiche patient personnalisée : objectifs HbA1c, auto-surveillance, signes d'alerte, alimentation

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Médecins généralistes libéraux, médecins remplaçants, médecins en maison de santé

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

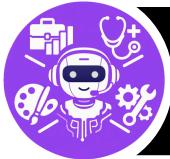
Jeudi 16 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



L'Intelligence Artificielle au service des infirmiers.ères

L'IA PAR METIER

Vous finissez vos soins à 19h puis passez encore 1 à 2 heures sur l'administratif ?

Cette formation vous apprend à utiliser ChatGPT et Claude pour transformer vos notes vocales en transmissions structurées, pré-rédiger vos BSI et rédiger vos courriers en quelques clics. Spécialement conçue pour les IDEL, avec des exemples concrets de votre quotidien.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Transformer des notes vocales en transmissions infirmières structurées et professionnelles
- Accélérer la rédaction des Bilans de Soins Infirmiers (BSI) grâce à des modèles IA personnalisés
- Rédiger des courriers aux médecins traitants, familles et tuteurs en moins de 2 minutes
- Utiliser l'IA pour comprendre et appliquer les évolutions NGAP (avenants, cotations)
- Créer des supports d'éducation thérapeutique personnalisés pour vos patients

CONTENU DE LA FORMATION

- Configurer votre assistant IA "spécial IDEL"** : lui apprendre votre contexte, vos patients types, votre vocabulaire métier
- Transformer vos notes de tournée en transmissions professionnelles** : de la note griffonnée au document structuré en 2 minutes
- Accélérer vos BSI** : créer des trames pré-remplies par profil patient (diabétique, pansement complexe, dépendance, soins palliatifs...)
- Rédiger vos courriers en un clic** : médecin traitant, famille, tuteur, SSIAD, pharmacien
- Comprendre la NGAP sans migraine** : poser vos questions de cotation à l'IA et obtenir des réponses claires
- Créer des fiches patient personnalisées** : conseils post-injection, surveillance diabète, prévention escarres...
- Atelier pratique** : chaque participant repart avec 5 prompts prêts à l'emploi pour son quotidien IDEL

Situation

Vous sortez de chez Mme Dupont, 82 ans, diabétique avec escarre talon

Vous devez faire le BSI initial de M. Martin, AVC avec hémiplégie

Le médecin traitant demande un point sur l'évolution de la plaie

Ce que l'IA fait pour vous

Vous dictez 1 min dans la voiture → l'IA génère une transmission CIBLÉE complète

L'IA vous pose les bonnes questions et structure le BSI selon le référentiel HAS

En 30 secondes, l'IA rédige un courrier professionnel avec chronologie des soins

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Infirmier(e)s libéraux (IDEL), infirmier(e)s en cabinet de groupe, coordinateurs SSIAD

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

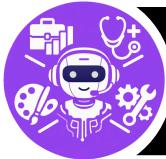
Jeudi 16 Avril 2026

14h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



L'Intelligence Artificielle au service des masseurs kinésithérapeutes

L'IA PAR METIER

Entre les séances et la paperasse, vous n'avez plus de temps pour vous ?

Cette formation vous apprend à utiliser ChatGPT et Claude pour dicter vos bilans diagnostiques, générer des programmes d'exercices personnalisés et rédiger vos courriers aux prescripteurs. Des cas concrets en musculo-squelettique, neurologie et respiratoire.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Transformer une note vocale post-séance en Bilan Diagnostique Kinésithérapique (BDK) structuré
- Générer des programmes d'exercices personnalisés et illustrés pour vos patients
- Créer des fiches d'éducation thérapeutique adaptées à chaque pathologie
- Utiliser l'IA pour la veille scientifique et les recommandations de bonnes pratiques

CONTENU DE LA FORMATION

- Configurer votre assistant IA "spécial kiné"** : lui apprendre votre spécialité, vos pathologies fréquentes, votre approche thérapeutique
- Du bilan oral au BDK écrit** : dicter 3 minutes après la séance, obtenir un BDK structuré conforme aux attentes de la CPAM
- Générer des programmes d'exercices personnalisés** : lombalgie, épaule, genou, rééducation post-op, renforcement spécifique
- Rédiger vos courriers prescripteurs** : demande de renouvellement, compte-rendu d'évolution, alerte sur complication
- Créer des supports d'éducation patient** : fiches exercices à domicile, conseils posturaux, auto-rééducation
- Veille scientifique assistée** : résumer les dernières recommandations HAS, études récentes, protocoles validés
- Atelier pratique** : chaque participant crée son BDK et son programme d'exercices avec l'IA

Situation

Le médecin prescripteur demande un point sur l'évolution

Patient lombalgique chronique, fin de bilan initial

Vous devez justifier votre cotation à la CPAM

Ce que l'IA fait pour vous

Courrier professionnel généré en 30 sec : bilan initial, évolution, pronostic...

L'IA génère un programme de 8 exercices progressifs adaptés à la phase de rééducation

L'IA structure votre argumentaire avec références NGAP et éléments cliniques

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Masseurs-kinésithérapeutes libéraux, kinés en cabinet de groupe, kinés du sport

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 9 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Intelligence Artificielle (Niveau découverte)

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Passez à l'IA sans stress : les bases pour travailler mieux au quotidien

Découvrez comment utiliser l'IA de façon simple, concrète et adaptée à vos besoins, sans jargon et en toute sécurité.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les bases de l'intelligence artificielle et ses usages professionnels, en identifiant clairement ses limites et les règles de sécurité (RGPD, données sensibles).
- Savoir utiliser ChatGPT et les outils IA courants (Canva, Perplexity, Copilot) pour créer des contenus, organiser l'information et automatiser des tâches simples.
- Maîtriser les bonnes pratiques pour formuler des demandes efficaces (méthode T.O.R.) et construire des prompts réutilisables adaptés à son activité.

CONTENU DE LA FORMATION

Comprendre l'IA pour mieux s'en servir

- Ce qui a changé en 2024 et pourquoi ça vous concerne
- Comment ça marche vraiment (sans jargon technique)
- Ce que ChatGPT sait faire... et ce qu'il ne sait pas
- Des exemples concrets de professionnels comme vous
- Les règles à respecter : confidentialité, données, RGPD

Prendre en main ChatGPT

- Créer votre compte et installer l'appli sur votre téléphone
- Différence entre la version gratuite et payante
- Personnaliser ChatGPT pour qu'il "connaisse" votre métier
- Créer vos premiers visuels (flyer, post Facebook, illustration)

Poser les bonnes questions à l'IA

- La méthode T.O.R. : formuler une demande qui donne un bon résultat du premier coup
- 5 prompts prêts à l'emploi pour votre quotidien (devis, relance, post réseaux sociaux...)
- Atelier pratique "15 min chrono" : repartez avec des résultats concrets

Aller plus loin en toute sécurité

- Les autres outils utiles : Canva (visuels), Perplexity (recherches), Copilot (tableaux Excel)
- Organiser et sauvegarder vos meilleurs prompts
- Votre plan d'action pour la semaine prochaine

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et
formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Avoir un compte ChatGPT.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 10 Février 2026

09h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★★

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Intelligence Artificielle (Niveau avancé)

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

De l'utilisateur à l'expert : exploitez tout le potentiel de l'IA

Passez au niveau supérieur grâce à des techniques expertes, des automatisations concrètes et un projet pratique lié à votre métier.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Approfondir l'usage professionnel de l'IA en maîtrisant les méthodes avancées (recherche experte, prompting structuré, analyse de documents complexes).
- Construire des automatisations simples et efficaces pour réduire les tâches répétitives et améliorer l'organisation quotidienne.
- Savoir combiner plusieurs outils IA pour produire des contenus complets (vidéos, visuels, présentations) et développer un workflow reproductible.

CONTENU DE LA FORMATION

Partage d'expériences

- Ce qui a marché (ou pas) depuis votre première formation
- Les nouveautés IA à connaître (GPT-4o, Claude, agents...)
- Vos questions, nos réponses

Techniques avancées pour des résultats professionnels

- Recherches approfondies avec l'IA (subventions, veille...)
- Les méthodes de prompting des experts (Chain-of-Thought, auto-vérification)
- Analyser des documents complexes : tableaux, PDF, données chiffrées

Automatiser vos tâches répétitives

- Créer votre propre "assistant IA" spécialisé (FAQ patients, relances, comptabilité...)
- Connecter vos outils entre eux avec Zapier (sans coder)
- Mesurer ce que vous gagnez vraiment : temps, argent...

Combiner plusieurs outils IA

- Créer des vidéos avec votre avatar (HeyGen)
- Générer des visuels professionnels (Leonardo, Canva)
- Produire des présentations en quelques clics (Gamma)

Projet pratique en équipe

- Résolvez un problème de votre quotidien
- Construisez un flux de travail complet de A à Z
- Repartez avec une solution testée et prête à utiliser

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et
formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Avoir un compte ChatGPT.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 19 Février 2026

09h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Comment l'IA peut vous faire gagner 2h par jour

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Automatisez vos tâches répétitives

Découvrez concrètement comment l'Intelligence Artificielle peut transformer votre quotidien professionnel.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les tâches quotidiennes automatisables grâce à l'IA
- Comprendre le fonctionnement de ChatGPT et savoir l'utiliser efficacement
- Rédiger des emails professionnels en quelques secondes
- Synthétiser des documents longs en points clés exploitables
- Générer du contenu pour les réseaux sociaux adapté à son activité

CONTENU DE LA FORMATION

- Quelles tâches vous font perdre le plus de temps chaque semaine ?
- Comment rédiger un email professionnel en 30 secondes avec l'IA ?
- Comment transformer un document de 20 pages en synthèse actionnable ?
- Comment créer un post LinkedIn engageant sans inspiration ?
- Comment organiser et prioriser ses tâches avec l'aide de l'IA ?
- Atelier pratique : chaque participant automatise une tâche de son quotidien

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Avoir un compte ChatGPT.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 12 Mars 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Les outils IA indispensables pour les indépendants en 2025

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Votre boîte à outils IA complète pour travailler plus vite et mieux

Tour d'horizon des meilleurs outils IA du moment pour les professionnels indépendants. De ChatGPT à Canva en passant par Notion et Perplexity.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les principaux outils IA disponibles et leurs usages
- Choisir les outils adaptés à son activité et ses besoins
- Maîtriser les bases de ChatGPT, Perplexity et Canva Magic Studio
- Découvrir les outils de productivité augmentée (Notion AI, Otter.ai)
- Créer un site web simple avec Mixo.io

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

CONTENU DE LA FORMATION

- Panorama 2025 : quels outils IA pour quels usages ?
- ChatGPT vs Claude vs Gemini : lequel choisir et pourquoi ?
- Perplexity : la recherche web augmentée par l'IA
- Canva Magic Studio : créer des visuels professionnels sans compétences graphiques
- Notion AI : organiser ses projets et notes avec l'intelligence artificielle
- Otter.ai : transcrire automatiquement ses réunions et appels
- Mixo.io : créer une page web professionnelle en 5 minutes
- Démonstration live de chaque outil

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 12 Mars 2026

14h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



ChatGPT pour la rédaction juridique et administrative

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Rédigez vos documents professionnels 10x plus vite

Apprenez à utiliser ChatGPT pour accélérer la rédaction de vos documents juridiques et administratifs.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Utiliser ChatGPT pour générer des trames de contrats adaptables
- Rédiger des courriers professionnels et officiels rapidement
- Structurer des comptes-rendus clairs et exploitables
- Produire des notes internes synthétiques et percutantes
- Appliquer les bonnes pratiques : relecture, vérification, personnalisation

CONTENU DE LA FORMATION

- Les règles d'or pour utiliser l'IA dans un contexte juridique et administratif
- Comment créer des modèles de contrats personnalisables ?
- Comment rédiger un courrier officiel en 2 minutes ?
- Comment transformer des notes de réunion en compte-rendu structuré ?
- Comment produire des notes internes claires et concises ?
- Les limites de l'IA : ce qu'il faut toujours vérifier
- Atelier pratique : rédaction d'un document type de votre choix

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 8 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Créer du contenu visuel avec l'IA (Canva, Midjourney, DALL-E)

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Canva, Midjourney, DALL-E : devenez votre propre graphiste

Apprenez à générer des images, logos, moodboards et maquettes professionnelles grâce aux outils d'IA générative.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les différents outils de génération d'images (DALL-E, Midjourney, Canva)
- Générer des images originales à partir de descriptions textuelles
- Créer des logos et identités visuelles simples
- Concevoir des moodboards pour ses projets
- Produire des maquettes et visuels pour ses réseaux sociaux

CONTENU DE LA FORMATION

- Panorama des outils : DALL-E, Midjourney, Leonardo, Canva Magic Media
- Comment décrire précisément l'image que vous voulez obtenir ?
- Générer des images originales : les techniques de prompting visuel
- Créer un logo ou une identité visuelle simple
- Concevoir un moodboard pour un projet ou une présentation
- Produire des visuels pour Instagram, LinkedIn, Facebook
- Atelier pratique : chaque participant crée 3 visuels pour son activité

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis, mais avoir un compte Canva gratuit est un plus.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 8 Avril 2026

14h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



L'IA pour simplifier la gestion locative

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Automatisez votre activité de loueur meublé avec l'IA

Propriétaires LMP/LMNP, optimisez votre gestion locative : rédaction d'annonces attractives, réponses automatiques aux locataires, suivi des réservations et analyse de vos performances.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Rédiger des annonces de location percutantes avec ChatGPT
- Automatiser les réponses aux demandes de locataires
- Gérer les avis et la réputation en ligne efficacement
- Suivre ses réservations et revenus avec Google Sheets + ChatGPT
- Analyser son taux d'occupation et optimiser sa stratégie tarifaire

CONTENU DE LA FORMATION

- Comment rédiger une annonce Airbnb/Booking qui convertit ?
- Comment créer des modèles de réponses automatiques pour chaque situation ?
- Comment gérer et répondre aux avis (positifs et négatifs) ?
- Comment créer un tableau de suivi des réservations intelligent ?
- Comment analyser son taux d'occupation et ses revenus avec l'IA ?
- Comment optimiser ses tarifs selon la saisonnalité ?
- Atelier pratique : création d'une annonce et d'un système de réponses automatiques

PUBLIC VISÉ

LMP/LMNP, gestionnaires de biens locatifs, investisseurs immobiliers...

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Avoir un compte ChatGPT.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 14 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Maitriser l'art du Prompt

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Obtenez des résultats exceptionnels de l'IA grâce aux bonnes questions

Le secret d'une IA performante, c'est la qualité de vos demandes. Apprenez les techniques avancées de "prompting" pour obtenir des réponses précises, pertinentes et directement exploitables dès le premier essai.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre pourquoi certains prompts fonctionnent mieux que d'autres
- Maîtriser la méthode T.O.R.C.E.F. pour structurer ses demandes
- Utiliser les techniques avancées : Chain-of-Thought, Few-Shot, Role-Playing
- Créer ses propres "méga-prompts" réutilisables
- Corriger et améliorer les réponses insatisfaisantes de l'IA

CONTENU DE LA FORMATION

- Anatomie d'un bon prompt : les éléments indispensables
- La méthode T.O.R.C.E.F. : Tâche, Objectif, Rôle, Contexte, Exemples, Format
- Les techniques avancées des experts :
 - Chain-of-Thought (raisonnement étape par étape)
 - Few-Shot (donner des exemples)
 - Role-Playing (attribuer un rôle à l'IA)
- Comment créer des "méga-prompts" pour ses tâches récurrentes ?
- Comment corriger l'IA quand elle se trompe ?
- Atelier pratique : chaque participant crée 3 prompts optimisés pour son activité

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Pas de requis

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 14 Avril 2026

14h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



ChatGPT comme assistant personnel

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Déléguez vos tâches quotidiennes à votre nouvel assistant virtuel

Transformez ChatGPT en véritable assistant personnel : rédaction d'emails, gestion d'agenda, to-do lists, prise de notes... Paramétrier des prompts types pour automatiser vos besoins récurrents.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Configurer ChatGPT pour qu'il connaisse votre contexte professionnel
- Déléguer la rédaction d'emails à l'IA de manière efficace
- Utiliser l'IA pour organiser son agenda et ses priorités
- Gérer ses to-do lists et projets avec l'aide de ChatGPT
- Créer des prompts personnalisés pour ses besoins récurrents

CONTENU DE LA FORMATION

- Comment configurer ChatGPT pour qu'il vous connaisse ? (Custom Instructions)
- Comment lui déléguer la rédaction de vos emails quotidiens ?
- Comment utiliser l'IA pour planifier sa journée et sa semaine ?
- Comment gérer ses to-do lists et ne plus rien oublier ?
- Comment transformer des notes vocales en documents structurés ?
- Comment créer une bibliothèque de prompts pour ses tâches récurrentes ?
- Atelier pratique : chaque participant configure son "assistant IA personnel"

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis. Avoir un compte ChatGPT.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 21 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

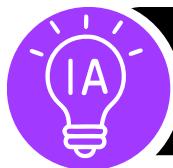
Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Organiser sa journée avec l'IA

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Notion, Todoist, ChatGPT, Google Workspace...

Augmentez votre productivité en découvrant comment combiner les meilleurs outils de productivité avec l'IA pour optimiser votre organisation quotidienne : planning intelligent, détection des tâches chronophages, rappels automatiques.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Générer un planning optimal selon ses priorités avec l'IA
- Déetecter et éliminer les tâches chronophages de son quotidien
- Utiliser Notion AI pour organiser ses projets et notes
- Configurer des rappels et automatisations intelligents
- Créer un système de productivité personnalisé et durable

CONTENU DE LA FORMATION

- Comment auditer son emploi du temps et identifier les pertes de temps ?
- Comment générer un planning de journée/semaine optimisé avec ChatGPT ?
- Notion AI : organiser ses projets, notes et bases de données intelligemment
- Todoist + IA : gérer ses tâches avec des priorités automatiques
- Google Workspace : les fonctions IA de Gmail, Docs et Sheets
- Comment créer des automatisations simples entre ses outils ?
- Atelier pratique : chaque participant crée son système de productivité personnalisé

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Avoir déjà utilisé un outil de productivité (agenda, to-do list, Notion...).

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 21 Avril 2026

14h00 - 16h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Communication & relation client

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

Communiquez mieux, plus vite, avec l'aide de l'Intelligence Artificielle

Apprenez à utiliser l'IA pour améliorer toute votre communication professionnelle : messages clients clairs et efficaces, visuels en 5 minutes avec Canva, présence web optimisée.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Rédiger des messages clients clairs, professionnels et efficaces avec l'IA
- Créer des supports visuels de qualité en quelques minutes avec Canva + IA
- Développer et entretenir sa présence web grâce aux outils IA
- Automatiser une partie de sa communication récurrente
- Gagner en impact sans y passer des heures

CONTENU DE LA FORMATION

- Comment rédiger des emails clients qui obtiennent des réponses ?
- Comment adapter son ton et son style selon le destinataire ?
- Comment créer un visuel professionnel en 5 minutes avec Canva + IA ?
- Comment entretenir sa présence sur les réseaux sociaux sans y passer sa vie ?
- Comment créer du contenu web (articles, FAQ, pages) avec l'aide de l'IA ?
- Comment automatiser ses messages de bienvenue, relances et suivis ?
- Atelier pratique : chaque participant crée un message + un visuel pour sa communication

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

2h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Matthieu SABOURIN
Expert ChatGPT et formateur IA génératives

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis. Avoir un compte Canva (gratuit) est un plus.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 23 Avril 2026

10h00 - 12h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



CANVA - Niveau découverte

COMMUNICATION

Révélez votre créativité !

Initiez-vous à Canva pour créer en autonomie des contenus cohérents et impactants.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir les bases de Canva pour créer des visuels simples et professionnels en autonomie
- Réaliser des créations modernes en intégrant les notions de branding

CONTENU DE LA FORMATION

1 - THEORIE & DEMO

Présentation de Canva

- Découverte de l'outil, des formats disponibles, de ses principales possibilités créatives
- Focus sur les différences entre Canva gratuit et pro.

Fonctionnalités & bases

- Navigation dans l'interface, menus principaux, bibliothèques de contenus, recherche de modèles

L'importance du visuel dans la communication

- Règles de base en communication visuelle, mise en valeur de l'information par l'image

Les 7 erreurs à éviter sur Canva

- Llisibilité, surcharge, cohérence, usage des images, etc.
- Notions de branding & charte graphique Principes d'une charte graphique simple (couleurs, typographies, logos)

2 - PRATIQUE ACCOMPAGNEE

Pratique 1 – Créer une présentation moderne (type powerpoint)

- Objectif : structurer une présentation claire et dynamique.
- Partage final des réalisations et retours collectifs un visuel final

Pratique 2 – Créer un post pour les réseaux sociaux (simple & carrousel)

- Objectif : valoriser un projet, intégrer les éléments de branding, créer un modèle duplicable
- Partage final des réalisations et retours collectifs un visuel final.

Temps d'échange / Questions & Réponses

- Partage des créations, bonnes pratiques, astuces entre pairs.
- Réponses aux questions, conseils personnalisés

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques.
Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Toute personne souhaitant apprendre à créer des supports visuels simples et professionnels, sans compétences graphiques préalables

DURÉE

4h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Ophely LACLA

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 13 Janvier 2026

09h00 - 13h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



CANVA - Niveau avancé

COMMUNICATION

Créez sans limite !

Approfondissez Canva grâce à ses fonctionnalités avancées, produisez des créations originales et percutantes.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Appliquer les fonctionnalités avancées de Canva à travers des cas pratiques concrets
- Créer des supports de communication variés en utilisant les kits de marque évolués et les fonctionnalités IA de Canva

CONTENU DE LA FORMATION

1 - THEORIE & DEMO

Rappel rapide : principes d'un visuel pro et cohérent

- Importance de la hiérarchie visuelle, marges, alignements, structure

Astuces & outils avancés

- Raccourcis clavier, modifier un fichier PDF, création multiples designs...

Branding & kits de marque évolués :

- Harmonie graphique, gain de temps avec les kits

IA & nouvelles fonctionnalités

- Retouche magique, rédaction IA, génération d'image et de vidéo, studio magique

2 - PRATIQUE GUIDEÉE ET ACCOMPAGNÉE

Cas pratique 1 – Créez une identité visuelle + modèle de post

- Objectif : définir une palette, typographies, éléments graphiques, et les appliquer sur un post réutilisable

Cas pratique 2 – Créez un flyer + déclinaisons

- Objectif : concevoir un flyer avec QR code, puis le transformer en affiche ou visuel réseaux via le redimensionnement magique

Cas pratique 3 – Créez une vidéo avec Canva

- Objectif : créer une courte vidéo de présentation d'un projet ou d'une structure avec transitions, texte, image, vidéo

Temps d'échange / Questions & Réponses

- Partage des créations, bonnes pratiques, astuces entre pairs
- Réponses aux questions, conseils personnalisés

PUBLIC VISÉ

Utilisateurs réguliers de CANVA souhaitant gagner en productivité et en créativité

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Ophely LACLA

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 14 Janvier 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Facebook & Instagram

COMMUNICATION

Faites parler votre marque !

Découvrez les bases essentielles du community management et les outils indispensables pour construire une présence claire, cohérente et impactante.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir communiquer au nom de sa marque sur Facebook et Instagram
- Connaître les outils de base du community manager

CONTENU DE LA FORMATION

introduction

- Qu'est ce que le community management ?
- Mettre en place une stratégie de communication sur les médias sociaux

Animer une page Facebook

- Créer une page professionnelle
- Comprendre l'algorithme de Facebook
- Quels sont les formats de posts qui fonctionnent ?
- Organiser sa communication : meilleurs moments pour poster, programmation des messages via Meta Business Suite
- Lire les statistiques
- Sponsoriser un post (aperçu des Facebook Ads)

Animer un compte Instagram

- Créer un compte professionnel et rédiger la biographie
- Mettre en ligne une photo et rédiger la description
- Utiliser les hashtags
- Aperçu des stories et des réels
- Lire les statistiques

PUBLIC VISÉ

Toute personne ou organisation souhaitant se perfectionner dans son usage des médias

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Perrine CARPENTIER

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 3 Février 2026

14h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★☆

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Google Drive

COMMUNICATION

Organisez, collaborez, maîtrisez votre cloud

Comprendre le fonctionnement du cloud et adopter les bonnes pratiques pour sécuriser vos données.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les concepts de stockage de données dans le « Cloud »
- Savoir naviguer et utiliser l'interface de Google Drive
- Apprendre à créer, organiser, télécharger et partager des fichiers et dossiers
- Découvrir la collaboration en temps réel (Google Docs / Sheets / Slides)
- Connaître les bonnes pratiques de sécurité et de gestion des données de son Drive

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction à Google Drive et ses avantages

- Navigation dans l'interface utilisateur
- Téléchargement et création de fichiers
- Organisation des fichiers et dossiers
- Partage de fichiers et dossiers avec d'autres utilisateurs
- Utilisation des outils de collaboration en temps réel (Google Docs, Sheets, Slides)
- Gestion des permissions et des accès
- Bonnes pratiques de sécurité pour protéger vos données
- Mettre les données sous forme de tableau

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Julien KERGUEN

Formateur

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 21 Janvier 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.8/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Révélez votre potentiel vidéo !

Maîtriser les bases pour une présence efficace. Créez, inspirez, performez

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le fonctionnement et les codes de TikTok
- Créer et paramétrier un compte professionnel
- Identifier son audience et les tendances pertinentes pour votre activité
- Produire des vidéos attractives et adaptées à votre image de marque
- Utiliser les fonctionnalités de base : effets, sons, montage, hashtags, description, couverture
- Publier et planifier du contenu de manière cohérente avec votre stratégie digitale
- Analyser les performances de vos publications grâce aux statistiques TikTok

CONTENU DE LA FORMATION

Module 1 – Comprendre TikTok et son écosystème

- Présentation de TikTok : chiffres clés, usages, algorithme
- Les tendances et formats de contenu (challenges, tutos, lives)
- Les codes spécifiques à TikTok : authenticité, rythme, sons, hashtags

Module 2 – Créer et paramétrier son compte

- Création du compte et choix du type de profil (perso / pro)
- Paramétrage du profil : bio, lien, photo, sécurité et confidentialité
- Navigation dans l'application : découverte de l'interface et des fonctions principales

Module 3 – Concevoir une stratégie adaptée à son activité

- Définir ses objectifs : notoriété, visibilité, génération de trafic ou ventes
- Identifier sa cible et les contenus pertinents selon son secteur
- Trouver l'équilibre entre authenticité, créativité et cohérence de marque

Module 4 – Créer et publier ses premières vidéos

- Découverte des outils de création intégrés à TikTok
- Utilisation des musiques, effets, filtres et transitions
- Techniques de montage simples sur smartphone
- Bonnes pratiques pour filmer, cadrer et capter l'attention
- Mise en ligne, légende, hashtags et choix de la miniature

Module 5 – Développer sa visibilité et interagir avec sa communauté

- Fonctionnement de l'algorithme de recommandation
- Bonnes pratiques de publication : fréquence, heures, cohérence
- Réponses aux commentaires, collaboration avec d'autres créateurs
- Utilisation des duos et de la vidéo réponse

Module 6 – Suivre ses performances et ajuster sa stratégie

- Accès aux statistiques du compte pro
- Analyse des performances : vues, engagement, taux de rétention
- Ajustement du contenu selon les résultats
- Ressources pour poursuivre sa veille et rester à jour

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Solène BARRÈS

Consultante et formatrice en webmarketing et réseaux sociaux

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 10 Mars 2026

09h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

- Formation interactive en visioconférence
- Alternance d'apports théoriques, démonstrations en direct et mises en pratique
- Mises en pratiques concrètes adaptées aux activités des participants
- Partages d'exemples et d'outils utiles

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Réalisation d'une première publication TikTok en autonomie
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



EXCEL - Les trucs et astuces

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Gagnez du temps au quotidien

Apprenez à utiliser les formules et les fonctions de base, à optimiser vos tâches récurrentes et à travailler plus rapidement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Adopter des outils adaptés à votre quotidien pour faciliter votre activité
- Maitriser les formules et fonctions de base d'un calculateur

CONTENU DE LA FORMATION

Trucs et astuces

- Astuces de saisie
- Raccourcis clavier essentiel
- Utiliser les séries de données
- Astuces de déplacement et sélections
- Formater les cellules : présenter les chiffres, le texte, les titres
- Mettre en page et imprimer
- Sauvegarder et gérer des classeurs

Formules et fonctions

- Utiliser les formules de calculs simples (addition, soustraction, multiplication et division)
- Utiliser des fonctions statistiques (Moyenne, Nb, Max, Min)
- Recopier les formules
- Automatiser la recopie des formules : références absolues ou relatives
- Mettre les données sous forme de tableau

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Elisabeth DAUSSY

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 29 Janvier 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



EXCEL : Les fonctions (Niveau découverte) + Les Graphiques (Niveau intermédiaire)

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Des fonctions puissantes, des graphiques qui parlent !

Rendez vos données lisibles et impactantes.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Évoluer vers des tableaux plus complexes ; gagner en efficacité
- Savoir concevoir des tableaux grâce aux fonctions et construire des graphiques élaborés

CONTENU DE LA FORMATION

Maîtriser les formules et fonctions

- Calculer un pourcentage-une variation
- Personnaliser vos nombres
- Utiliser la valeur absolue dans les formules
- Modifier plusieurs feuilles simultanément
- Créer des liaisons dynamiques
- Mettre les données sous forme de tableau
- Trier et filtrer des données
- Définir une mise en forme conditionnelle

Mise en forme et mise en page avancées

- Imprimer l'intégralité ou une partie de tableau
- Titrer, paginer un entête et pied de page
- Aperçu et manipulation des sauts de pages
- Créer une répétition des titres

Illustrer les chiffres avec des graphiques et les personnaliser

- Identifier le type de graphique approprié
- Personnaliser l'apparence d'un graphique
- Modifier le titre et les légendes
- Changer les couleurs et les styles
- Créer un graphique Sparkline

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Elisabeth DAUSSY

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 29 Janvier 2026

14h00 - 17h00

VOS RETOURS

4.2/5 ★★★★★★☆

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



EXCEL : Les fonctions (Niveau avancé)

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Transformez vos données en performance !

Exploitez tout le potentiel d'Excel grâce aux fonctions avancées pour concevoir des tableaux, automatiser vos calculs afin d'optimiser vos processus de travail.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Optimiser les calculs et fonctions avancées
- Concevoir des tableaux performants pour optimiser vos processus de travail

CONTENU DE LA FORMATION

Maîtriser les formules de calculs et fonctions avancés

- Maîtriser la recopie de formules : les références relatives (A1), absolues (\$A\$1) ou mixtes (A\$1, \$A1)
- Faciliter la création de formules : utiliser des noms
- Mettre en place des conditions simples, complexes, imbriquées : SI, SI. CONDITIONS
- Calculer des statistiques : NBVAL, NB, NB.SI
- Consolider et rapprocher des données issues de plusieurs feuilles classeurs ou classeurs
- Établir un classement
- Supprimer des doublons
- Créer des formats personnalisés
- Utiliser les tris personnalisés, les filtres
- Insérer des listes déroulantes, cases à cocher

Optimiser et fiabiliser les calculs : Formules complexes

- Utiliser des fonctions statistiques : SOMME.SI, SOMME.SI.ENS, NB.SI, NB.SI.ENS
- Manipuler des dates et des heures : DATEDIF, JOURSEM, NO.SEMAINE.ISO
- Manipuler du texte : MAJUSCULE, MINUSCULE, GAUCHE, DROITE
- Utiliser la fonction matricielle : TRANSPOSE
- Mettre en relation des données avec la fonction RECHERCHEV, RECHERCHEX

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Elisabeth DAUSSY

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 3 Février 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.6/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



EXCEL : Les tableaux croisés dynamiques

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Transformez vos données en décisions

Apprenez à analyser, réorganiser et synthétiser vos chiffres facilement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Préparer des données de manière optimale pour faciliter leur analyse
- Concevoir des tableaux croisés dynamiques

CONTENU DE LA FORMATION

Préparer les données

- Organiser les données pour faciliter l'analyse "Nettoyer" les données importées
- Supprimer les espaces inutiles, les fusions de cellules

Construire les tableaux et graphiques croisés dynamiques

- Mettre en place un tableau croisé dynamique à une, deux ou trois dimensions
- Afficher, masquer, trier les informations
- Modifier le calcul de synthèse : moyenne, minimum, comptage
- Afficher des pourcentages, ou des cumuls
- Grouper les informations par tranche numérique
- Dispatcher un tableau croisé sur plusieurs feuilles
- Filtrer les données avec des segments ou une frise chronologique
- Associer un graphique croisé dynamique (GCD)
- Actualiser les données

Optimiser leur mise en forme

- Masquer les en-têtes de champ
- Appliquer un style de tableau
- Modifier la disposition du rapport
- Ajouter des sous-totaux
- Personnaliser le format des nombres

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Elisabeth DAUSSY

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mardi 17 Mars 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.7/5 ★★★★★

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



WORD - Les trucs et astuces

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Vos lettres et rapports sans stress ni erreurs

Découvrez les astuces essentielles pour créer, mettre en forme et imprimer facilement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les fonctions de base du traitement de texte
- Créer, présenter et imprimer des documents simples de type lettres et petits rapports

CONTENU DE LA FORMATION

Créer ou modifier un document : les pratiques efficaces

- Utiliser la règle pour définir les marges, retraits et tabulations
- Afficher les symboles non imprimables pour maîtriser la structure du document
- Exploiter les raccourcis clavier pour gagner du temps
- Supprimer, déplacer ou recopier du texte rapidement
- Rechercher et remplacer des éléments
- Classer adéquatement ses documents

Mettre en forme un document

- Appliquer des attributs de mise en forme au texte
- Modifier l'alignement et l'espacement des paragraphes
- Créer des listes à puces ou numérotées
- Insérer des caractères spéciaux
- Reproduire la mise en forme

Concevoir un courrier et l'imprimer

Préparer un document Word en suivant les bonnes étapes :

- Créer un courrier normé
- Positionner l'adresse, les références
- Présenter le corps du texte
- Mettre en page et imprimer

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Elisabeth DAUSSY

Formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 26 Février 2026

09h00 - 12h00

VOS RETOURS

4.5/5 ★★★★☆

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



OUTLOOK - Niveau intermédiaire

LES OUTILS DE MICROSOFT OFFICE

Optimiser l'utilisation de Outlook pour gagner en productivité

Organiser votre messagerie et exploiter pleinement les fonctionnalités avancées d'Outlook

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtriser les fonctionnalités avancées de la messagerie
- Optimiser l'organisation et la productivité
- Gérer le calendrier et le travail collaboratif
- Organiser et utiliser efficacement les contacts

CONTENU DE LA FORMATION

Gestion de la messagerie

- Gérer efficacement leurs courriels : tri, classement, dossiers, indicateurs et conversations
- Créer des messages structurés, intégrant images, liens, pièces jointes et éléments multimédia
- Mettre en place des règles automatiques et gérer les courriers indésirables
- Personnaliser leur signature, carte de visite et actions rapides
- Configurer des réponses automatiques (messages d'absence) (sous réserve d'accéder à un serveur Exchange)
- Envoyer, transférer et suivre des messages (accusés, suivi, rappels(sous réserve d'accéder à un serveur Exchange))

Organisation et productivité

- Optimiser l'interface Outlook : affichage, barre d'outils, favoris, recherche avancée
- Automatiser certaines tâches (envoi planifié, actions rapides, règles)

Calendrier et collaboratif

- Planifier rendez-vous, réunions et tâches, avec ou sans périodicité
- Gérer les groupes de calendriers et visualiser ses disponibilités

Contacts

- Créer, modifier et organiser les contacts et listes de diffusion

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Julien KERGUEN

Formateur

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation nécessite d'avoir déjà utilisé Outlook.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Jeudi 5 Février 2026

09h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Les secrets de la mémoire

SOFT SKILLS

Boostez vos capacités de mémorisation et facilitez votre quotidien !

Découvrez comment mieux gérer votre charge mentale, utiliser des techniques mnémotechniques efficaces et tirer parti des outils numériques pour une mémoire performante et sereine.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Gérer la charge mentale liée à la mémoire de travail
- Utiliser des techniques d'acquisition d'informations
- Se familiariser avec les stratégies mnémotechniques de récupération d'informations
- Combiner mémoire naturelle et outils technologiques (IA)
- Maîtriser des habitudes d'organisation
- Appliquer les méthodologies aux contraintes du quotidien : mémoriser des contenus, retenir des noms et des prénoms, progresser dans l'apprentissage de nouvelles procédures, mieux communiquer

CONTENU DE LA FORMATION

- Comprendre sa mémoire et son évolution dans le temps
- Maîtriser sa mémoire de travail
- Engager une procédure d'acquisition basée sur l'attention, la motivation et l'intention : le rôle de la mémoire prospective
- Traiter l'information pour renforcer l'encodage : clarifier, donner du sens, traduire
- Créer des indices de récupération : manier l'art de la mnémotechnique et gérer la courbe de l'oubli

PUBLIC VISÉ

Dirigeants, managers, cadres, salariés, étudiants

DURÉE

3h00 en **VISIO**

FORMATEUR



Vincent DELOURMEL
Mnémoniste

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 30 Mars 2026

14h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des ateliers de mises en situation et des méthodes actives.
Envoy d'un lien vers une page web avec vidéos, documents à télécharger.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Optimiser sa gestion du temps... sans stress

SOFT SKILLS

Apprenez à mieux gérer votre temps sans vous épuiser !

Identifiez vos sources de stress, adoptez des techniques simples de relaxation et découvrez des méthodes efficaces pour planifier, prioriser et retrouver sérénité et efficacité au travail.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les causes du stress et les obstacles à une bonne gestion du temps
- Appliquer des techniques de détente et de recentrage pour mieux gérer la pression
- Mettre en œuvre des méthodes d'organisation et de planification pour gagner en efficacité et en sérénité

CONTENU DE LA FORMATION

Définir le stress

- Comprendre ce qu'est le stress et ses différentes formes
- Identifier les causes et symptômes du stress au travail

Reconnaitre le stress et s'en protéger

- Techniques d'autohypnose : apprendre à se détendre et à se recentrer
- Visualisation : utiliser l'imaginaire pour réduire le stress
- Pratiques de respiration spécifiques : exercices pour apaiser le corps et l'esprit

Identifier les voleurs de temps

- Analyser les activités qui consomment du temps sans valeur ajoutée
- Évaluer les interruptions et distractions courantes

Acquérir des astuces, techniques et approches adaptées

- Méthodes de planification : utiliser des agendas et des to-do lists efficaces
- Techniques de priorisation : apprendre à distinguer l'urgent de l'important
- Gestion des tâches : décomposer les projets en étapes réalisables

Échanges de pratiques

- Partager des expériences et des conseils entre participants

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Florence CZEREPACHA

Psychopraticienne & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 23 Mars 2026

09h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Prévenir le Burn-Out

SOFT SKILLS

Préservez votre équilibre avant qu'il ne soit trop tard.

Apprenez à reconnaître les signes du burn-out, à identifier les causes et à mettre en place des stratégies concrètes pour vous protéger durablement.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les causes et signes précurseurs du burn-out
- Analyser ses propres facteurs de stress au travail
- Mettre en place des outils et actions de prévention adaptés

CONTENU DE LA FORMATION

Introduction au burn out

- Définition du burn out et ses différentes dimensions (physique, émotionnelle, mentale)
- Importance de la prévention

Comprendre les causes du burn out

- Identification des facteurs de risque : surcharge de travail, manque de soutien, culture d'entreprise
- Analyse des signes précurseurs et des symptômes du burn out

Le processus menant au burn out

- Exploration des étapes du burn out, de l'épuisement au désengagement
- Réflexion individuelle sur les moments de stress et d'épuisement professionnels

Outils de prévention du burn out

- Techniques de gestion du stress : respiration, relaxation, méditation de pleine conscience
- Stratégies pour établir des limites personnelles et maintenir un équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle

Échanges et réflexions collectives

- Partage des réflexions et expériences individuelles
- Élaboration d'un plan d'action personnel pour prévenir le burn out

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

7h00 en **VISIO**

FORMATRICE



Florence CZEREPACHA

Psychopraticienne & formatrice

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

200,00 € HT

DATE & HORAIRES

Lundi 02 Mars 2026

09h00 - 17h00

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.



Lecture rapide

SOFT SKILLS

Doublez votre vitesse de lecture

Votre cerveau peut lire deux fois plus vite grâce aux 3 techniques fondamentales que personne ne vous a jamais vraiment expliqué.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les erreurs qui ralentissent la lecture
- Utiliser les 3 techniques de base de la lecture efficace

CONTENU DE LA FORMATION

- Définition des concepts clés
- Les erreurs qui ralentissent la lecture
- Les 3 techniques de base de la lecture efficace
- Pistes à explorer pour aller loin

PUBLIC VISÉ

Tout public

DURÉE

1h30 en **VISIO**

FORMATEUR



Cyril MAITRE

Formateur en efficience cognitive

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

TARIF

100,00 € HT

DATE & HORAIRES

Mercredi 22 Avril 2026

10h00 - 11h30

NOUVEAUTÉ 2026

MOYENS PEDAGOGIQUES

Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluation, des mises en situation et des jeux pédagogiques. Remise d'un support de cours.

MODALITÉS D'EVALUATION

- Feuille de présence signée en demi-journée
- Evaluation des acquis tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Positionnement préalable et final via un GoogleForm
- Sanction finale : Certificat de réalisation

MOYENS TECHNIQUES EN VISIO

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Zoom etc... un micro et une caméra pour l'apprenant,
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la formation en ligne, les apprenants peuvent interagir et communiquer entre eux et avec le formateur.

Bulletin d'adhésion Utilisateur

A renvoyer à par mail à formation@arcolib.fr

Votre identité

Nom : [REDACTED]

Prénom : [REDACTED]

Enseigne : [REDACTED]

Adresse professionnelle : [REDACTED]

CP : [REDACTED] Ville : [REDACTED]

E-Mail : [REDACTED]

Téléphone : [REDACTED]

Téléphone professionnel : [REDACTED]

Votre activité

Activité exercée : [REDACTED]

Date de création de l'activité : [REDACTED]

Code APE - NAF (facultatif) : [REDACTED] N° SIRET (facultatif) : [REDACTED]

Votre adhésion

Votre adhésion en tant qu'adhérent utilisateur est gratuite.
Seules les formations sont payantes.

Je confirme, par la présente signature, mon adhésion à ARCOLIB selon les modalités ci-dessus.

Signature

Fait à [REDACTED]

le [REDACTED]



Bulletin d'inscription

A renvoyer à par mail à formation@arcolib.fr

Je soussigné(e) :

Nom : [REDACTED]
Prénom : [REDACTED]
et/ou société : [REDACTED]
N° Adhérent : [REDACTED] (si non adhérent, complétez page 10)
Adresse : [REDACTED]
CP : [REDACTED] Ville : [REDACTED]
E-Mail : [REDACTED]
Téléphone : [REDACTED]

Votre organisme de prise en charge(facultatif):

Coordonnées :



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
Action de formation

Participants :

1 Nom : [REDACTED]
Prénom : [REDACTED]
E-Mail : [REDACTED]
2 Nom : [REDACTED]
Prénom : [REDACTED]
E-Mail : [REDACTED]

Formation :

Titre : [REDACTED]
Date : [REDACTED] Date & signature
Heures : [REDACTED]
Vos attentes : [REDACTED]



NOS ADRESSES

📍 RENNES

8 place du Colombier
35000 RENNES

📍 PARIS

15 avenue Trudaine
75009 PARIS

📞 02 23 300 600

✉️ formation@arcolib.fr

🌐 www.arcolib.fr