ARKSOS formation

Mis à jour le 20 novembre 2026

CATALOGUE 2027

Maîtriser les outils d'aujourd'hui.

Intelligence artificielle, bureautique, création et PAO, web et code, data, marketing digital, management, langues et hygiène alimentaire. Par des praticiens du métier, en présentiel et à distance.

EN PRÉSENTIEL

88 formations en petits groupes, avec un formateur praticien. À Cholet, Paris et Lille, en intra ou sur mesure.

+ E-LEARNING

67 parcours en ligne pour prolonger la formation. Vidéos courtes, accessibles 24/7.

TÉL. 02 41 16 53 29
E-MAIL contact@arksos.fr
SITE arksos.fr

NOTRE DÉMARCHE QUALITÉ

Qualiopi processus certifié

NOS CERTIFICATEURS

TOSA Centre Agréé · LEVELTEL · alternative Digitale

BIENVENUE

Une exigence simple : que chaque stagiaire reparte capable.

Arksos Formation accompagne les entreprises, les indépendants et les salariés des Pays de la Loire et de la région parisienne dans leur montée en compétences. Nous formons sur les outils qui comptent aujourd'hui : l'intelligence artificielle générative, la bureautique, la création graphique, le marketing digital, le management et les langues.

Notre parti pris est constant. Des **petits groupes**, pour que chacun avance à son rythme et pose ses vraies questions. Des **formateurs praticiens**, qui exercent le métier qu'ils enseignent. Des **parcours concrets**, construits autour d'ateliers et de cas issus de votre quotidien professionnel.

Organisme **certifié Qualiopi** et centre d'examen **TOSA agréé**, nous concevons des formations finançables (CPF, OPCO, plan de développement des compétences, France Travail) et accessibles à tous. Chaque parcours peut se vivre en inter dans nos centres, en intra dans vos locaux ou en individuel sur mesure.

Eric Prébin

Référent pédagogique et handicap

CERTIFICATION
Qualiopi n° 25FOR02074.1

TERRITOIRES
Cholet, Paris, Lille et à distance

EN SALLE
6 stagiaires maximum

FINANCEMENTS
CPF, OPCO, plan de développement, France Travail

FORMATS
Inter, intra et sur mesure

RÉACTIVITÉ
Réponse sous 24 h ouvrées

Des formations conçues et animées par des **praticiens du métier**, dans des groupes volontairement réduits, pour un accompagnement réellement individualisé.

POURQUOI ARKSOS

Six engagements qui font la différence.

01

Petits groupes

Six stagiaires maximum par salle dans nos centres. En intra, de quatre à vingt personnes selon votre besoin. La formation individuelle est possible.

02

Des praticiens

Nos formateurs exercent le métier qu'ils transmettent. Ils apportent des cas réels, des astuces de terrain et un regard à jour sur les outils.

03

Certifié Qualiopi

La certification Qualiopi atteste la qualité de nos processus et ouvre l'accès aux financements publics et mutualisés.

04

Certifications TOSA

Centre agréé TOSA : validez officiellement votre niveau sur Excel, Word, PowerPoint, WordPress et les outils de création.

05

Finançable

CPF, OPCO, plan de développement des compétences, AIF France Travail : nous vous accompagnons dans le montage du dossier.

06

Inter, intra, sur mesure

Dans nos centres de Cholet, Paris et Lille, à distance, ou directement dans vos locaux. Nous adaptons le programme à votre contexte.

Organisme certifié Qualiopi	Centre d'examen TOSA agréé	Financements CPF, OPCO et France Travail	Cholet, Paris, Lille et à distance

Une pédagogie centrée sur la pratique, dans des groupes réduits, avec un accompagnement individualisé du premier contact jusqu'à la certification.

SOMMAIRE

Trouvez votre formation

88 formations en présentiel et 67 parcours e-learning. Cliquez sur un titre pour y accéder directement.

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE p.7

Compétences numériques avec l'IA 8
Automatiser son travail avec l'IA générative 9
ChatGPT pour l'ingénierie pédagogique 10
Claude IA au quotidien professionnel 11
Construire son application métier avec Base44 12
Créer des automatisations no-code avec l'IA 13
Garder son esprit critique à l'ère de l'IA 14
IA d'images : choisir et maîtriser sa plateforme 15
Intelligence Artificielle, Design & Impression 16
L'IA pour dirigeants : détecter vos opportunités 17
Microsoft Copilot pour le marketing 18
Microsoft Copilot pour les assistant(e)s et fonctions support 19
Microsoft Copilot pour les commerciaux 20
Mistral Vibe : l'assistant IA français 21
Napkin : transformer vos textes en visuels 22
Produire vos visuels et vidéos avec l'IA 23
Prompt engineering : obtenir le meilleur des IA 24
Prompt engineering avancé : assistants, agents et API 25
S'acculturer à l'IA générative 26
S'initier au vibe coding 27
S'initier à ChatGPT 28
S'initier à Claude IA 29

BUREAUTIQUE p.30

Access, concevoir et exploiter une base de données 31
Excel 32
Microsoft 365, travailler en équipe 33
Outlook Messagerie et Organisation 34
Power BI et tableaux de bord 35
PowerPoint 36
VBA pour Excel, automatiser vos traitements 37
Word 38
Construire son espace de travail avec Notion 39
Excel expert : Power Query et Power Pivot 40
Gérer ses données avec Airtable 41
Power Automate : automatiser ses tâches dans Microsoft 365 42
Power BI avancé : DAX et modélisation 43

CRÉATION ET PAO p.44

Illustrator 45
InDesign 46
Photoshop 47
Canva et Canva avec l'IA 48

DESSIN TECHNIQUE ET CAO p.49

AutoCAD, dessin technique et plans 50

SOMMAIRE

Trouvez votre formation *suite*

MARKETING p.51

Développer l'Activité Commerciale par les Réseaux Sociaux 52
Stratégie de Communication Digitale sur Réseaux sociaux 53
Devenir community manager 54
LinkedIn 55
Merchandising 56
Publicité en ligne : Google Ads et référencement 57
Référencer son site web : SEO et GEO 58
SEO : les essentiels du référencement naturel 59
Techniques de Vente 60
Webmarketing 61

WEB ET INTERNET p.62

DigComp, socle des compétences numériques 63
Python, programmer et automatiser 64
WordPress : créer et gérer son site (certification TOSA) 65
Administration d'un poste et d'un réseau Windows 66
Concevoir et consommer des API REST 67
Créer une application web avec Symfony 68
Devenir Data Analyst : SQL, Python et dataviz 69
Développer un site dynamique en PHP et MySQL 70
Développer un thème ou une extension WordPress 71
Fondamentaux du Cloud (Azure et AWS) 72
Interroger une base de données avec SQL 73
Intégrer des pages web avec HTML5 et CSS3 74
JavaScript moderne et React 75
Les fondamentaux de la cybersécurité en entreprise 76
Programmer en JavaScript : les fondamentaux 77
Python pour l'analyse de données 78
Sensibilisation à la cybersécurité 79
Shopify : créer et gérer sa boutique en ligne 80
Versionner son code avec Git et GitHub 81

Trouvez votre formation *suite*

MANAGEMENT p.82

Animer des ateliers collaboratifs 83
Devenir Product Owner 84
Management et Leadership 85
Piloter un projet : les fondamentaux 86
RGPD : mettre son organisation en conformité 87
Travailler en mode Agile avec Scrum 88
Tutorat 89

HYGIÈNE ALIMENTAIRE p.90

GBPH et qualité alimentaire 91
Gestion et encadrement des équipes (fondamentaux et expertises) 92
Hygiène alimentaire en établissement de restauration commerciale 93
Les allergènes 94
Lutte contre le gaspillage alimentaire et gestion durable des biodéchets 95
Mettre en place le Plan de Maîtrise Sanitaire (PMS) 96
Sécurité des aliments (HACCP) 97

LANGUES p.98

Allemand 99
Anglais 100
Espagnol 101
Français langue étrangère (FLE) 102
Italien 103

FORMATIONS À DISTANCE (E-LEARNING) p.104

Anglais 105
Bureautique 105
Commercial et marketing 106
Communication entreprise 106
Data et IA 107
Web, code et no-code 107

DOMAINE 01 SUR 9

Intelligence artificielle

Comprendre, adopter et exploiter l'IA générative au quotidien, de l'acculturation collective aux outils métier.

22 FORMATIONS

Compétences numériques avec l'IA CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.8
Automatiser son travail avec l'IA générative TOSA	2 jours, 14 heures	p.9
ChatGPT pour l'ingénierie pédagogique	1 jour, 7 heures	p.10
Claude IA au quotidien professionnel TOSA	2 jours, 14 heures	p.11
Construire son application métier avec Base44	1 jour, 7 heures	p.12
Créer des automatisations no-code avec l'IA TOSA	2 jours, 14 heures	p.13
Garder son esprit critique à l'ère de l'IA	2 jours, 14 heures	p.14
IA d'images : choisir et maîtriser sa plateforme	1 jour, 7 heures	p.15
Intelligence Artificielle, Design & Impression TOSA	2 jours, 14 heures	p.16
L'IA pour dirigeants : détecter vos opportunités	1 jour, 7 heures	p.17
Microsoft Copilot pour le marketing TOSA	2 jours, 14 heures	p.18
Microsoft Copilot pour les assistant(e)s et fonctions support TOSA	2 jours, 14 heures	p.19
Microsoft Copilot pour les commerciaux TOSA	2 jours, 14 heures	p.20
Mistral Vibe : l'assistant IA français	1 jour, 7 heures	p.21
Napkin : transformer vos textes en visuels	1 jour, 7 heures	p.22
Produire vos visuels et vidéos avec l'IA TOSA	1 jour, 7 heures	p.23
Prompt engineering : obtenir le meilleur des IA	1 jour, 7 heures	p.24
Prompt engineering avancé : assistants, agents et API	2 jours, 14 heures	p.25
S'acculturer à l'IA générative TOSA	2 jours, 14 heures	p.26
S'initier au vibe coding TOSA	1 jour, 7 heures	p.27



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

WEB-DIA

Compétences numériques avec l'IA

Consolidez vos compétences numériques fondamentales en vous appuyant sur les outils d'IA, selon le référentiel européen DIGCOMP, jusqu'à la certification TOSA DigComp.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA DigComp (RS6893) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Consolider les compétences numériques du participant selon les cinq domaines du référentiel européen DIGCOMP, en mobilisant les outils d'IA, et le préparer à la certification TOSA DigComp.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Se repérer et travailler dans un environnement numérique où l'IA est présente
- Rechercher, synthétiser et surtout vérifier l'information, y compris celle produite par une IA
- Communiquer et collaborer en ligne efficacement, en s'aidant d'assistants IA
- Créer et mettre en forme des contenus numériques, dont des contenus générés par IA, dans le respect des droits
- Protéger ses appareils, ses données personnelles et sa vie privée face aux outils d'IA
- Résoudre des problèmes courants et savoir monter en compétence

AU PROGRAMME

01 S'orienter dans un environnement numérique avec l'IA

02 Information et données à l'ère de l'IA

03 Communication et collaboration

04 Création de contenu numérique

05 Sécurité numérique face à l'IA

06 Résolution de problèmes et certification

11 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Socle numérique à l'ère de l'IA, reconversion, montée en compétences

PRÉREQUIS Savoir utiliser un ordinateur et naviguer sur internet de façon basique.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-AUT

Automatiser son travail avec l'IA générative

Gagnez des heures chaque semaine : rédiger de bons prompts et intégrer ChatGPT et Copilot dans votre quotidien, en toute sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour piloter l'IA générative au quotidien : rédiger de bons prompts, l'intégrer à sa bureautique et en cadrer l'usage.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre ce que l'IA générative sait et ne sait pas faire
- Rédiger des prompts efficaces et itérer pour un bon résultat
- Utiliser l'IA pour la rédaction, la synthèse et la bureautique
- Intégrer Copilot dans Word, Excel, PowerPoint et Outlook
- Décliner des cas d'usage propres à son métier
- Cadrer les risques : hallucinations, confidentialité et RGPD

AU PROGRAMME

01 Comprendre l'IA générative

02 L'art du prompt

03 L'IA dans la bureautique

04 Cas métiers

05 Bon usage et sécurité

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Tous métiers tertiaires : gestion, commerce, marketing, RH, support

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-IGP

ChatGPT pour l'ingénierie pédagogique

comprendre, produire, maîtriser

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 980 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Permettre aux professionnels de la formation d'utiliser ChatGPT comme un assistant de conception pédagogique fiable, de la compréhension du modèle à la production de livrables, en gardant un usage critique et maîtrisé.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Mémoriser les concepts clés de l'intelligence artificielle de type générative comme ChatGPT, comprendre son fonctionnement et différencier GPT-3 de GPT-4.
- Utiliser efficacement ChatGPT dans des contextes pédagogiques, et créer des supports de formation innovants en intégrant les méthodes pédagogiques et approches de la neuro-pédagogie.
- Identifier les forces et faiblesses de ChatGPT en contexte éducatif et évaluer son impact sur l'apprentissage.
- Élaborer des outils pédagogiques avec ChatGPT et les présenter de manière claire à un public varié.
- Adopter une approche critique sur l'usage de l'IA, en particulier ChatGPT, dans le domaine éducatif.
- Explorer et mettre en œuvre des utilisations collaboratives de ChatGPT dans divers scénarios pédagogiques.

AU PROGRAMME

01 Partie 1 : Contexte

02 Partie 2 : Usage

03 Partie 3 : Gagner en productivité

6 séquences . évaluation et attestation

PUBLIC Ingénieurs et concepteurs pédagogiques, responsables de formation, formateurs

PRÉREQUIS Compétences informatiques : Avoir une aisance avec les outils informatiques, naviguer sur Internet, et utiliser des logiciels de bureautique.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CLP

Claude IA au quotidien professionnel

du premier dialogue aux usages avancés

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire de Claude un outil de travail maîtrisé : conduire le participant de la prise en main aux usages avancés accessibles sans coder, en installant à chaque étape les réflexes d'un usage sûr, conforme et adapté à son activité.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer le fonctionnement d'une IA générative et le positionnement de Claude, et anticiper ses limites (hallucinations, biais)
- Sélectionner l'offre d'abonnement et le modèle adaptés à son besoin, et circuler dans les applications web, bureau et mobile
- Configurer la confidentialité de son compte et appliquer des règles d'usage sûres pour ses données professionnelles
- Rédiger des demandes structurées (contexte, consigne, exemple, itération) et traiter les cas complexes (balisage, raisonnement pas à pas, styles personnalisés)
- Exploiter Claude sur ses tâches réelles : rédiger, synthétiser, analyser des fichiers, rechercher sur le web, organiser son travail en projets
- Mettre en œuvre des fonctions avancées sans coder : artefacts, réflexion approfondie, connexion à ses propres outils

AU PROGRAMME

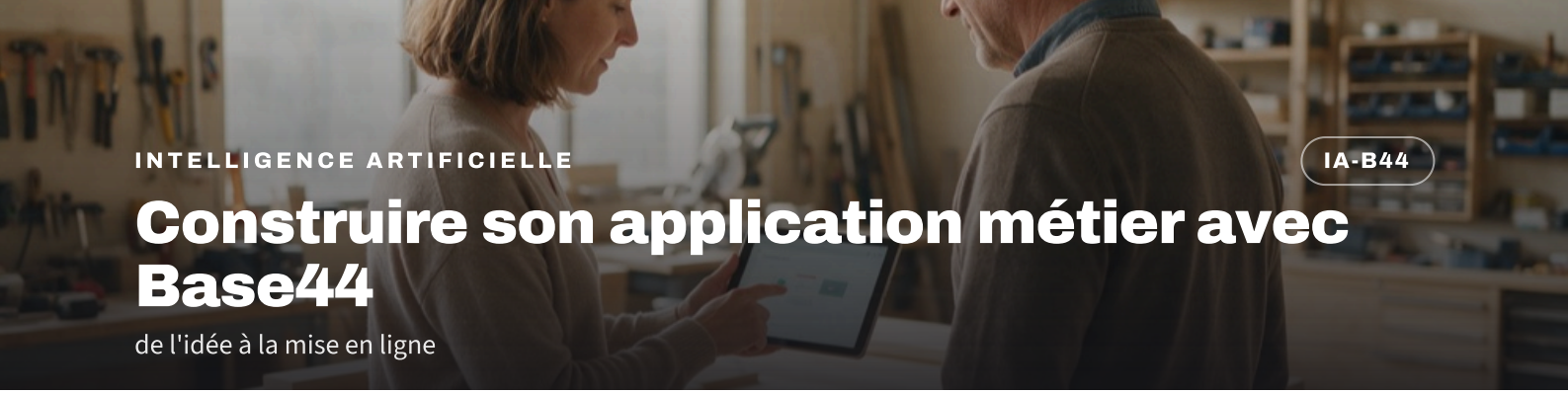
01 Jour 1 : Prendre en main, avec méthode

02 Jour 2 : Passer à la vitesse supérieure

10 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide (ouverture ou vérification du compte...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-B44

Construire son application métier avec Base44

de l'idée à la mise en ligne

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de concevoir, construire et préparer la publication d'une application web simple avec Base44, sans écrire de code, en comprenant ce que la plateforme fabrique, ce qu'elle coûte, comment sécuriser les données, et ce qui doit rester du ressort d'un développeur.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer ce que génère une plateforme de vibe coding comme Base44 (interface, base de données, logique applicative) et où s'arrêtent ses capacités
- Rédiger une demande de création structurée (nom, public, problème résolu, fonctionnalités) et faire évoluer l'application par itérations, du général vers le détail
- Mettre en forme l'interface de son application (styles, éditeur visuel, affichage mobile) en distinguant les actions gratuites des actions qui consomment des crédits
- Sécuriser les données et les comptes : activer l'authentification, lire les tables de données, cloisonner les données par utilisateur (sécurité par ligne)
- Situer les fonctions avancées (paiement en environnement de test, agents IA, automatisations et intégrations) et les étapes de publication (analyse de sécurité, domaine personnalisé, export du code), avec leurs coûts
- Appliquer une démarche fiable : déboguer avec méthode, s'appuyer sur l'historique de versions, et identifier ce qui doit être confié à un développeur professionnel

AU PROGRAMME

01 **Matinée : Bâtir la première version**

02 **Après-midi : Fiabiliser et préparer la publication**

6 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide (création du compte Base44 en début...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-NOC

Créer des automatisations no-code avec l'IA

Connectez vos applications et laissez l'IA faire le travail répétitif, sans écrire une ligne de code, avec Make et ChatGPT.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour automatiser ses tâches répétitives entre applications et y intégrer l'IA, sans écrire de code.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principes du no-code et de l'automatisation
- Concevoir un scénario : déclencheur, actions et conditions
- Connecter ses outils (e-mail, tableurs, formulaires, Drive, CRM)
- Intégrer une brique d'IA (ChatGPT) dans un scénario
- Fiabiliser ses automatisations (filtres, erreurs, bonnes pratiques)
- Identifier les automatisations à fort retour sur investissement

AU PROGRAMME

01 No-code et automatisation

02 Première automatisation

03 Connecter ses outils

04 Ajouter de l'IA

05 Fiabiliser et industrialiser

06 Aller plus loin

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Indépendants, TPE/PME, marketing, commerce, RH et administratif

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique ni de programmation.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-ESP

Garder son esprit critique à l'ère de l'IA

repérer les biais, vérifier l'information, décider

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Donner au participant les repères et la méthode nécessaires pour évaluer de façon critique les contenus produits par une intelligence artificielle, repérer les biais humains et algorithmiques qui faussent son jugement, vérifier efficacement l'information, et décider en connaissance de cause quand s'appuyer sur l'IA et quand s'en abstenir.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer avec ses propres mots pourquoi une IA générative peut produire une réponse fluide mais fausse (prédiction statistique, hallucinations, fraîcheur des données)
- Repérer ses propres biais cognitifs qui abaissent la vigilance face à l'IA (biais d'autorité, d'automatisation, de confirmation)
- Identifier les biais algorithmiques et leurs origines (données d'entraînement, stéréotypes, angles morts) et mesurer leur effet sur l'information
- Distinguer une réponse crédible d'une réponse réellement fiable et étayée
- Appliquer la méthode V.R.A.I. pour contrôler une production de l'IA : Vérifier la source, Recouper, Analyser le biais, Interroger l'intention
- Vérifier des textes, des chiffres et des images générés, et repérer citations inventées, données douteuses et contenus truqués

AU PROGRAMME

01 Jour 1 : Pourquoi l'IA se trompe, et pourquoi nous la croyons

02 Jour 2 : La méthode V.R.A.I. et vos garde-fous

6 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Dirigeants, indépendants et collaborateurs qui utilisent l'IA pour s'informer, rédiger ou décider (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Avoir déjà utilisé au moins une fois un outil d'IA générative (ChatGPT,...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-IMP

IA d'images : choisir et maîtriser sa plateforme

panorama de Firefly, Magnific, ChatGPT et Midjourney : coûts réels, prise en main et droits

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Donner au participant les clés pour choisir et utiliser la bonne plateforme d'images par IA : comprendre le fonctionnement des modèles, comparer les offres et le coût réel d'un visuel, prendre en main Adobe Firefly et Magnific, générer et modifier des images cohérentes, et diffuser ses visuels dans le respect des droits, des licences et des obligations de transparence de l'AI Act.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Identifier les grandes familles de modèles génératifs d'images et leur principe de fonctionnement
- Distinguer les plateformes du marché et leurs spécificités (Adobe Firefly, Magnific, ChatGPT, Gemini, Midjourney, Canva)
- Comparer les offres, les systèmes de crédits et le coût réel d'un visuel, et choisir la plateforme adaptée à un besoin et à un budget
- Structurer un prompt visuel efficace, l'adapter au modèle, et assurer la cohérence de style, de marque ou de personnage par images de référence
- Prendre en main Adobe Firefly, y compris ses fonctions génératives dans Photoshop et Illustrator
- Construire un workflow sur le canevas nodal de Magnific (Spaces)

AU PROGRAMME

01 **Matin : comprendre, comparer, choisir**

02 **Après-midi : prise en main et conformité**

5 séquences . 5 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Communication, marketing, e-commerce, design et formation : créer des visuels et choisir le bon outil

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Aucune connaissance en création graphique n'est nécessaire

IA-IAD

Intelligence Artificielle, Design & Impression

Intégrer Midjourney, Firefly et les IA d'Adobe dans un flux de production print, en respectant le droit d'auteur.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable d'intégrer les outils d'IA générative dans un flux de production graphique et imprimé, avec des visuels exploitables et un usage commercial sécurisé.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principes de fonctionnement des modèles de génération d'images
- Intégrer l'IA générative dans un flux de travail Adobe (Photoshop, Illustrator, InDesign)
- Générer, retoucher et adapter des visuels pour différents supports print et digitaux
- Maîtriser les prérequis techniques pour l'impression (résolution, mode colorimétrique CMJN, formats vectoriels)
- Appréhender le cadre légal : droit d'auteur, propriété intellectuelle et usage commercial des images générées par IA
- Optimiser ses prompts pour obtenir des visuels exploitables professionnellement (prompt engineering visuel)

AU PROGRAMME

01 PANORAMA DES OUTILS D'IA GÉNÉRATIVE POUR LE DESIGN

02 DE LA CRÉATION À LA PRODUCTION IMPRIMÉE

03 DROIT D'AUTEUR, PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE ET USAGE COMMERCIAL

04 INTÉGRATION DANS UN FLUX DE PRODUCTION AGENCE / IMPRIMEUR

évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Graphistes, designers et infographistes en agence, studio ou service communication, graphistes indépendants, professionnels de l'imprimerie.

PRÉREQUIS Pratique régulière de Photoshop, Illustrator ou InDesign.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-OPP

L'IA pour dirigeants : détecter vos opportunités

cartographier la valeur, prioriser, repartir avec votre feuille de route

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Donner au dirigeant les repères et la méthode pour détecter les opportunités concrètes de l'intelligence artificielle dans son entreprise, en mesurer la valeur, la faisabilité et les risques, arbitrer entre acheter, assembler ou développer, et construire une feuille de route IA priorisée et réaliste pour son organisation.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Distinguer les grandes familles d'IA (spécialisée, générative, agents, prédictive) et séparer les capacités réelles du récit marketing
- Repérer où l'IA crée réellement de la valeur dans son activité, back-office compris
- Cartographier les tâches de son entreprise candidates à l'IA
- Prioriser ses cas d'usage avec une grille Valeur × Faisabilité intégrant le risque et la disponibilité des données
- Arbitrer entre acheter, assembler ou développer une solution, et en estimer le coût réel
- Évaluer la conformité d'un usage au regard du RGPD et du règlement européen sur l'IA (AI Act) et identifier les garde-fous

AU PROGRAMME

01 Matin : comprendre pour décider

02 Après-midi : décider et planifier

4 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Dirigeants et cadres dirigeants de TPE/PME, membres de comité de direction, indépendants

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CPM

Microsoft Copilot pour le marketing

Créez plus de contenus, en moins de temps.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le professionnel du marketing autonome dans l'usage de Microsoft 365 Copilot pour produire plus de contenus, plus vite, planifier ses actions et analyser ses résultats, tout en gardant la maîtrise de la marque et le respect des droits.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer Microsoft Copilot, son fonctionnement et ses limites, et garder la maîtrise de la voix de la marque
- Formuler des prompts efficaces adaptés au marketing : rôle, contexte, objectif, ton et format attendu
- Rédiger et décliner posts réseaux sociaux, e-mailings et fiches produits à partir d'une idée ou d'un brief court
- Adapter le ton et le format d'un contenu à chaque canal et à chaque cible
- Préparer un plan de communication, un calendrier éditorial et des idées de campagnes avec Copilot
- Analyser des résultats de campagne dans Excel et construire une présentation de bilan dans PowerPoint

AU PROGRAMME

01 Comprendre Microsoft Copilot et protéger ses données

02 Écrire des prompts efficaces

03 Produire ses contenus plus vite

04 Planifier : plan de communication et calendrier éditorial

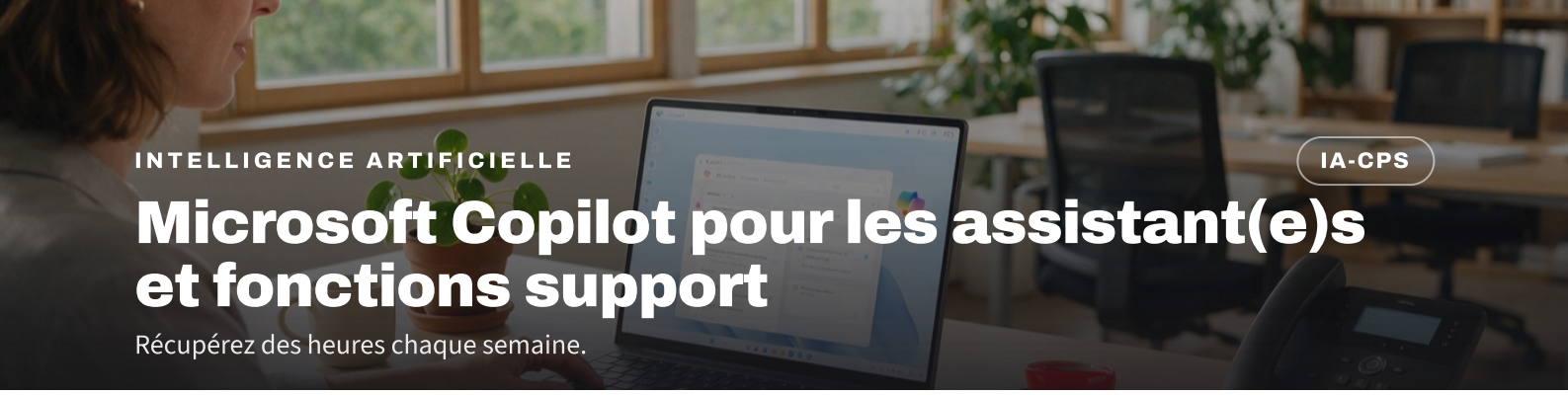
05 Mesurer et valoriser : Excel et PowerPoint

06 Garde-fous et ancrage des usages

10 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Responsables marketing, chargés de communication, community managers et dirigeants de TPE/PME

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement de travail Windows et la navigation web.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CPS

Microsoft Copilot pour les assistant(e)s et fonctions support

Récupérez des heures chaque semaine.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre les fonctions support autonomes dans l'usage de Microsoft 365 Copilot pour automatiser les tâches répétitives, fiabiliser les documents et libérer du temps sur les missions à valeur ajoutée, tout en protégeant les informations sensibles.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer Microsoft Copilot, son fonctionnement et ses limites, et appliquer les règles de confidentialité et de vérification propres aux informations sensibles
- Formuler des prompts efficaces adaptés aux tâches administratives : rôle, contexte, objectif et format attendu
- Traiter et rédiger ses e-mails plus vite avec Copilot dans Outlook, et organiser agenda et réunions
- Produire et mettre en forme des documents fiables dans Word à partir de notes ou de consignes courtes
- Faire l'essentiel dans Excel sans être expert : tableaux, synthèses et mises en forme assistées
- Créer et harmoniser des présentations dans PowerPoint, et rédiger des comptes rendus à partir de Teams

AU PROGRAMME

01 Comprendre Microsoft Copilot et protéger ses données

02 Écrire des prompts efficaces

03 Mails, agenda et documents : Outlook et Word

04 Chiffres et présentations : Excel et PowerPoint

05 Réunions et fiabilisation : Teams

06 Ancrer les usages au quotidien

10 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Assistant(e)s de direction, secrétaires, assistant(e)s administratifs et office managers

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement de travail Windows et la navigation web.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CPC

Microsoft Copilot pour les commerciaux

Vendez plus, plus vite avec l'IA.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le commercial autonome dans l'usage de Microsoft 365 Copilot pour accélérer sa prospection, ses relances et la production de ses documents de vente, avec des résultats mesurables sur son cycle commercial, tout en protégeant les données de ses clients.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer Microsoft Copilot, son fonctionnement et ses limites, et appliquer les règles de confidentialité et de vérification propres aux données clients
- Formuler des prompts efficaces adaptés à la vente : rôle, contexte, objectif et format attendu
- Préparer ses rendez-vous et exploiter ses échanges avec Copilot dans Outlook et Teams : résumés, relances, comptes rendus
- Rédiger des e-mails de prospection, des relances et des propositions commerciales personnalisés à partir de quelques éléments clés
- Analyser un portefeuille, un pipeline ou des résultats de vente avec Copilot dans Excel
- Construire un support de rendez-vous et une présentation commerciale dans PowerPoint en quelques minutes

AU PROGRAMME

01 Comprendre Microsoft Copilot et protéger ses données

02 Écrire des prompts efficaces

03 Prospecter et communiquer avec Copilot dans Outlook et Teams

04 Proposer et convaincre : Word et PowerPoint

05 Piloter son activité avec Copilot dans Excel

06 Ancrer les usages au quotidien

10 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Commerciaux, technico-commerciaux, ADV et directions commerciales

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement de travail Windows et la navigation web.



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-MIS

Mistral Vibe : l'assistant IA français

maîtriser Vibe (ex-Le Chat), l'alternative souveraine, du chat aux agents, dans le respect du RGPD

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome dans l'usage professionnel de Vibe, l'assistant IA de Mistral : comprendre ce qui fait sa singularité souveraine, choisir l'offre adaptée, exploiter ses trois modes et ses outils avancés (documents, recherche, agents), et l'intégrer à son travail dans le respect de la sécurité, de la confidentialité et de la conformité.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Reconnaître les concepts fondamentaux de l'IA générative et situer Mistral face à ChatGPT, Claude et Gemini
- Expliquer ce qui fait la singularité de Mistral : éditeur français, souveraineté, hébergement européen et RGPD
- Distinguer les offres (Free, Education, Pro, Team, Enterprise) et choisir celle adaptée à son service
- Utiliser les trois modes de Vibe (Chat, Work, Code) et régler sa confidentialité, opt-out d'entraînement compris
- Formuler des prompts efficaces et capitaliser une bibliothèque personnelle
- Constituer une bibliothèque documentaire (RAG) et interroger ses propres documents, OCR compris

AU PROGRAMME

01 **Matin : comprendre, choisir et prendre en main**

02 **Après-midi : documents, automatisation et conformité**

6 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Professionnels, managers, dirigeants et fonctions support attentifs à la souveraineté et au RGPD

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur, des outils bureautiques et de la navigation web Disposer d'un compte Mistral ; un abonnement Vibe...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-NAP

Napkin : transformer vos textes en visuels

diagrammes, infographies et présentations générés par l'IA, sans savoir dessiner

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour produire des visuels clairs et professionnels à partir de ses propres textes avec Napkin, en maîtrisant la chaîne complète : rédiger le texte source avec un assistant IA, générer et choisir le bon visuel, le fiabiliser et le personnaliser, puis l'assembler et l'exporter vers ses outils, dans le respect du cadre d'usage et des données.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer le principe du texte vers visuel et le rôle déterminant du texte source
- Identifier les fonctionnalités et les limites du plan gratuit de Napkin (crédits, filigrane, exports)
- Rédiger un texte source structuré à l'aide d'un assistant IA pour obtenir un visuel juste
- Générer schémas, infographies, frises, cartes mentales et graphiques à partir d'un texte ou de données
- Analyser un visuel généré, y repérer les erreurs et choisir la proposition la plus juste
- Personnaliser un visuel (couleurs, icônes, polices) et en vérifier la lisibilité avant diffusion

AU PROGRAMME

01 Matin : du texte au visuel

02 Après-midi : générer, fiabiliser, diffuser

4 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Formateurs, communicants, marketeurs, consultants, chefs de projet, dirigeants et indépendants

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur, des outils bureautiques et de la navigation web Disposer d'un accès à un assistant IA gratuit...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-IMG

Produire vos visuels et vidéos avec l'IA

l'atelier d'une journée

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome dans la production de visuels et de courtes vidéos par IA pour son activité : choisir l'outil adapté à chaque intention, diriger la production avec exigence, et publier ses contenus en conformité avec le cadre juridique en vigueur.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Décrire le processus de génération d'une image ou d'une vidéo par IA et repérer les défauts typiques à contrôler (mains, textes intégrés, cohérence des personnages, physique du mouvement)
- Naviguer dans une plateforme de création multi-moteurs et distinguer les trois voies de génération : description texte, image de référence, ou combinaison des deux
- Sélectionner le moteur de génération selon l'intention, photoréalisme, style de marque, rapidité, plutôt que par habitude
- Composer une consigne visuelle complète (sujet, style, lumière, cadrage, format) et itérer sur le résultat en directeur artistique
- Modifier une image existante : imposer un style par référence, retoucher un détail, produire des variations et une série cohérente
- Transformer un visuel abouti en un court clip vidéo exploitable, en anticipant les temps de rendu

AU PROGRAMME

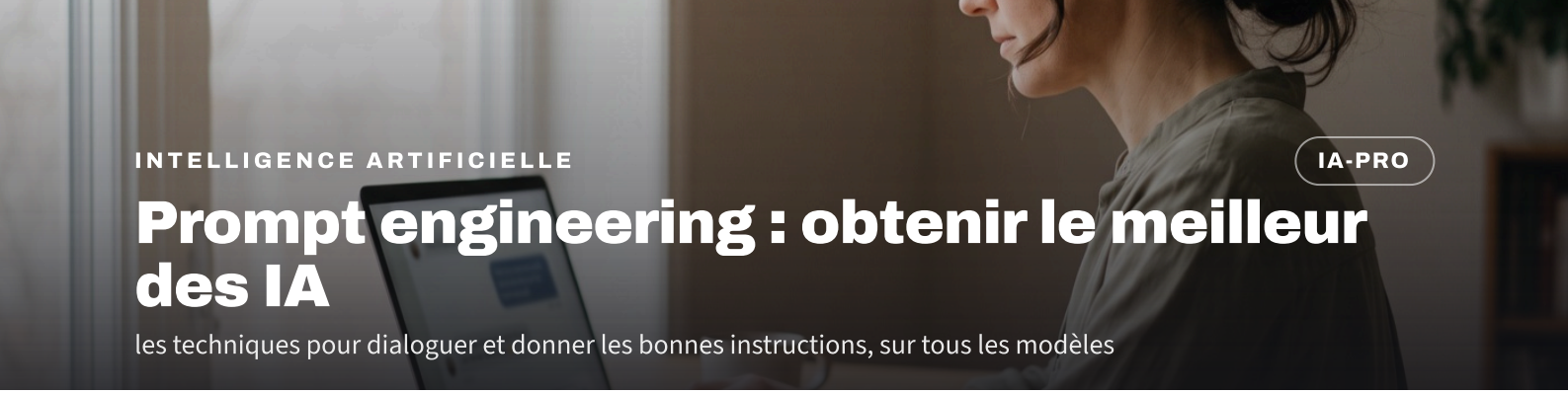
01 **Matinée : Générer et transformer ses premières images**

02 **Après-midi : Décliner, animer, publier**

5 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide Compte sur la plateforme de création...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-PRO

Prompt engineering : obtenir le meilleur des IA

les techniques pour dialoguer et donner les bonnes instructions, sur tous les modèles

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome et efficace dans sa façon d'instruire les IA génératives : comprendre comment une IA lit un prompt, maîtriser les grandes familles de techniques et les méthodes avancées de prompting, adapter sa méthode au modèle et au besoin, déjouer les écueils, et capitaliser une bibliothèque de prompts réutilisables.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer comment une IA lit un prompt (tokens, fenêtre de contexte, modèles rapides et modèles à raisonnement) et ce que cela change
- Distinguer les quatre familles de techniques : prompt, dialog, context et agentic engineering
- Rédiger des prompts clairs et structurés (rôle, contexte, tâche, format, contraintes) et les améliorer par itérations
- Appliquer les techniques avancées : prompting directif en couches, reference framing, méta-prompting, prompting d'un modèle à raisonnement
- Adapter sa méthode selon le modèle utilisé (ChatGPT, Claude, Gemini, Mistral) et le besoin
- Repérer et déjouer les écueils : hallucinations, données confidentielles à ne jamais saisir

AU PROGRAMME

01 **Matin : comprendre et poser les bases**

02 **Après-midi : techniques, pièges et pratique**

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Professionnels, entrepreneurs et salariés qui veulent de bien meilleurs résultats de leurs IA

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Avoir déjà utilisé au moins une fois un outil d'IA générative (ChatGPT,...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-PRA

Prompt engineering avancé : assistants, agents et API

méthodes avancées, personnalisation, agents et automatisation, pour industrialiser vos usages de l'IA

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable d'industrialiser ses usages de l'IA générative : choisir l'outil et l'abonnement adaptés, appliquer les méthodes avancées de prompt engineering et la multimodalité, construire un contexte de travail durable, créer et sécuriser des assistants et des agents, intégrer une IA par API et automatiser des tâches, dans le respect de la sécurité, de la confidentialité et de la conformité (AI Act).

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Choisir l'outil et le niveau d'abonnement adaptés à un usage et à un cadre de confidentialité
- Sélectionner et appliquer les méthodes avancées de prompt engineering selon l'objectif
- Conduire un échange itératif et exploiter les modes de raisonnement des modèles
- Exploiter la multimodalité (texte, données, audio, images, vidéo) et générer des fichiers bureautiques
- Construire un contexte de travail durable : projets, bases de connaissances (RAG), connecteurs
- Créer, tester, sécuriser et partager un assistant IA personnalisé

AU PROGRAMME

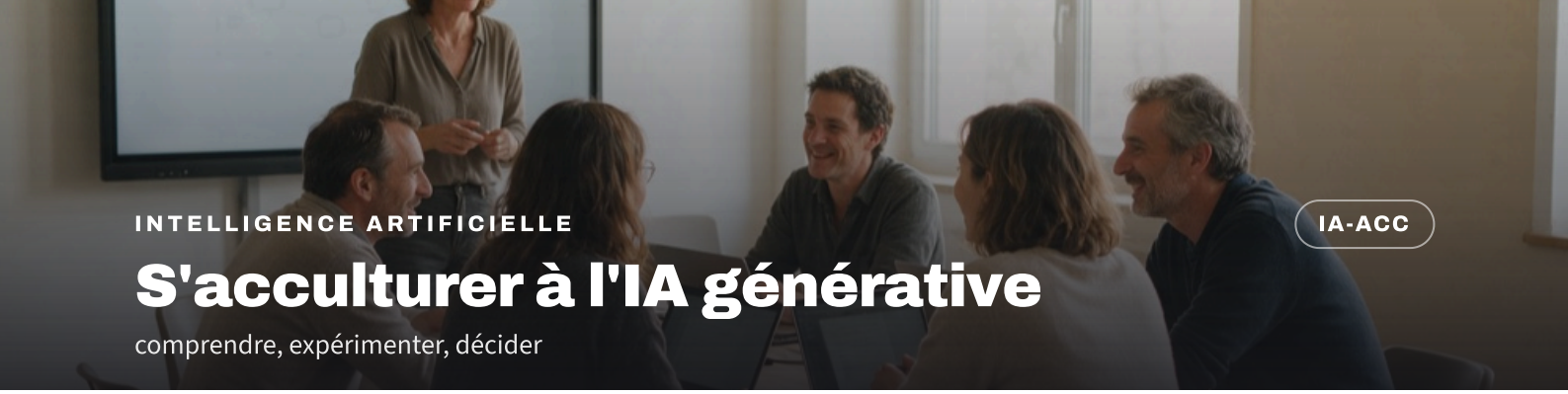
01 Jour 1 : méthodes avancées et exploitation des modèles

02 Jour 2 : assistants, agents et intégration

8 séquences . 6 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Professionnels déjà à l'aise avec le prompting qui veulent industrialiser leurs usages de l'IA

PRÉREQUIS Avoir suivi notre formation « Prompt engineering : obtenir le meilleur des IA » (niveau 1) ou disposer d'un niveau équivalent : savoir rédiger des...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-ACC

S'acculturer à l'IA générative

comprendre, expérimenter, décider

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Donner au participant une compréhension solide de l'IA générative, son fonctionnement, ses forces, ses limites et son cadre d'usage, afin qu'il puisse l'expérimenter par lui-même, en évaluer la pertinence pour son activité et engager une première mise en œuvre maîtrisée et responsable.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Décrire avec ses propres mots le principe de fonctionnement d'un modèle d'IA générative
- Repérer les limites structurelles de ces outils (hallucinations, biais, fraîcheur des données) et adapter ses usages en conséquence
- Cartographier les principaux éditeurs et familles d'outils du marché et motiver un choix adapté à sa structure
- Conduire avec un assistant IA des tâches professionnelles courantes : rédiger, synthétiser, analyser un document
- Adapter le paramétrage de l'assistant (instructions, contexte) à son métier et en mesurer l'effet
- Citer les usages de l'IA au-delà du texte (image, vidéo, voix) ainsi que les précautions juridiques et éthiques associées

AU PROGRAMME

01 Jour 1 : Décoder l'IA générative

02 Jour 2 : Mettre en œuvre, en confiance

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail personnelle ou professionnelle (nécessaire à...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-VIB

S'initier au vibe coding

vos premiers outils créés par l'IA, sans coder

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire découvrir et expérimenter le développement assisté par IA : comprendre ce que ces plateformes produisent réellement, générer ses premiers prototypes fonctionnels, et savoir décider, en connaissance des risques, des coûts et des limites, de la place de ces outils dans son activité.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Expliquer le principe du développement assisté par IA (« vibe coding ») et ce que ces plateformes génèrent réellement (interface, base de données, logique applicative)
- Cartographier les grandes familles d'outils, générateurs d'applications complètes, assistants IA à artefacts, environnements pour développeurs, et citer leurs cas d'usage respectifs
- Décrire un besoin fonctionnel de façon exploitable par l'IA : public visé, problème résolu, fonctionnalités, données manipulées
- Générer un prototype fonctionnel à partir d'une description et l'améliorer par itérations courtes et ciblées
- Repérer les risques et limites de l'approche : sécurité des données (RGPD), coûts réels (crédits, abonnements), dépendance à la plateforme, maintenance dans la durée
- Classer, pour sa propre activité, les projets entre prototype à réaliser soi-même, projet à approfondir et développement à confier à un professionnel

AU PROGRAMME

01 Matinée : Comprendre et essayer

02 Après-midi : Produire et décider

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide (création des comptes nécessaires en...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CHA

S'initier à ChatGPT

prendre la main, produire, vérifier

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome dans un usage quotidien et raisonné de ChatGPT : obtenir des résultats concrets et fiables dans ses tâches courantes, et installer d'emblée les réflexes de vérification et de protection de ses données.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Restituer le principe d'un modèle de langage (prédire n'est pas savoir) et expliquer pourquoi l'outil peut inventer (hallucinations), pour un usage sans naïveté
- Circuler dans l'environnement ChatGPT, compte, applications web/mobile/bureau, historique, projets, mémoire, offres gratuite et payantes, et choisir le mode adapté à la tâche (réponse rapide, réflexion, recherche web)
- Construire une demande complète : rôle et contexte, consigne claire, exemple, format attendu, puis l'affiner par itérations
- Produire en autonomie des livrables quotidiens vérifiés : e-mail, courrier, synthèse de document, plan, tableau
- Utiliser à bon escient les fonctions au-delà du texte : analyse de fichiers, génération et lecture d'images, dictée et mode vocal
- Appliquer les garde-fous essentiels (confidentialité des données, vérification systématique, transparence sur les contenus générés) et formaliser son plan de démarrage

AU PROGRAMME

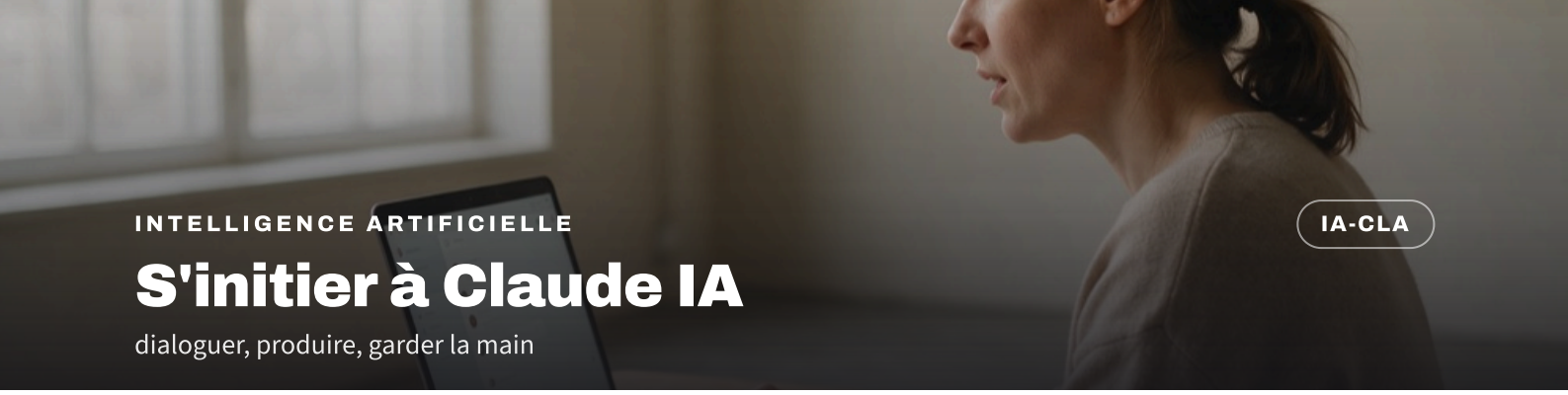
01 **Matinée : Comprendre et bien demander**

02 **Après-midi : Produire et sécuriser**

6 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Débutants, dirigeants, indépendants, artisans, salariés et particuliers (non techniciens)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide (ouverture ou vérification du compte...



INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

IA-CLA

S'initier à Claude IA

dialoguer, produire, garder la main

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 990 € HT par personne

Certification TOSA Compétences IA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome dans un usage raisonné de Claude : comprendre le fonctionnement et les limites de l'outil, savoir dialoguer avec lui pour produire des résultats professionnels fiables, et définir un cadre d'utilisation prudent adapté à son activité.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Restituer le principe de fonctionnement d'une IA générative et expliquer l'origine de ses erreurs (hallucinations, biais)
- Différencier un assistant IA d'un moteur de recherche et choisir le bon outil selon le besoin
- Se repérer dans l'environnement Claude : interface, applications web et bureau, fonctionnalités intégrées, choix du modèle
- Formuler une demande structurée (contexte, consigne, exemple) et l'affiner par itérations successives
- Réaliser avec Claude trois gestes professionnels courants : produire un texte, condenser une information, interroger un document
- Établir ses garde-fous personnels (confidentialité, vérification systématique) et formaliser un plan de mise en route dans son activité

AU PROGRAMME

01 Matinée : Découvrir et dialoguer

02 Après-midi : Produire et décider

6 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Dirigeants, indépendants, artisans, professions libérales et leurs équipes (TPE/PME)

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web Disposer d'une adresse e-mail valide (ouverture du compte Claude en début...

DOMAINE 02 SUR 9

Bureautique

02

Maîtriser les logiciels du quotidien professionnel et valider son niveau par une certification TOSA reconnue.

13 FORMATIONS

Access, concevoir et exploiter une base de données	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.31
Excel	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.32
Microsoft 365, travailler en équipe	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.33
Outlook Messagerie et Organisation	CPF . TOSA	1 jour, 7 heures	p.34
Power BI et tableaux de bord	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.35
PowerPoint	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.36
VBA pour Excel, automatiser vos traitements	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.37
Word	CPF . TOSA	2 jours, 14 heures	p.38
Construire son espace de travail avec Notion		2 jours, 14 heures	p.39
Excel expert : Power Query et Power Pivot	TOSA	2 jours, 14 heures	p.40
Gérer ses données avec Airtable		2 jours, 14 heures	p.41
Power Automate : automatiser ses tâches dans Microsoft 365		2 jours, 14 heures	p.42
Power BI avancé : DAX et modélisation	TOSA	3 jours, 21 heures	p.43



BUREAUTIQUE

BUR-ACC

Access, concevoir et exploiter une base de données

Structurez vos données dans une base relationnelle Access, interrogez-les avec des requêtes et automatisez vos traitements, jusqu'à la certification TOSA.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Access (RS7096) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour concevoir une base de données relationnelle Access, l'interroger avec des requêtes, créer formulaires et états, et automatiser des traitements avec les macros et une introduction à VBA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Concevoir un modèle de données relationnel (tables, clés, relations, intégrité référentielle)
- Créer et paramétrer des tables avec les bons types de champs et des listes de choix
- Importer et exporter des données entre Access et Excel
- Interroger les données avec des requêtes de sélection, de calcul et des requêtes action
- Concevoir des formulaires et des sous-formulaires de saisie ergonomiques
- Produire des états imprimables avec regroupements, totaux et export PDF

AU PROGRAMME

01 Concevoir une base de données relationnelle

02 Saisir, importer et fiabiliser les données

03 Interroger les données avec les requêtes

04 Les formulaires de saisie

05 Les états et l'impression

06 Automatiser : macros et introduction à VBA

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Gestion, administratif, RH, commerce et utilisateurs d'Excel avancés

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de Windows.

BUREAUTIQUE

BUR-EXC

Excel

Formules avancées, listes de données, tableaux croisés dynamiques et graphiques, sur vos propres fichiers.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF

TOSA Excel (RS7256)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome dans l'analyse de données avec Excel : construire des formules fiables, structurer et croiser des bases de données, récupérer des données externes et les restituer sous forme graphique, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Construire des formules imbriquées combinant plusieurs conditions (SI, ET, OU)
- Exploiter les fonctions de synthèse conditionnelle (SOMME.SI.ENS, NB.SI.ENS, MOYENNE.SI.ENS)
- Rechercher et rapprocher des données avec RECHERCHEX et RECHERCHEV
- Structurer une base en tableau de données et la fiabiliser (références structurées, doublons, cellules vides)
- Analyser des données avec un tableau croisé dynamique et son graphique associé
- Récupérer et transformer des données externes avec Power Query

AU PROGRAMME

01 Fiabiliser et structurer les données

02 Formules et fonctions avancées

03 Analyser avec les tableaux croisés dynamiques

04 Récupérer des données externes avec Power Query

05 Visualiser et restituer

06 Préparer la certification

7 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Assistants, gestion, comptabilité, commerce, RH et profils administratifs

PRÉREQUIS Utiliser Excel au quotidien : saisir des données, écrire une formule simple, recopier et mettre en forme des cellules.



BUREAUTIQUE

BUR-365

Microsoft 365, travailler en équipe

Prenez en main les outils collaboratifs de Microsoft 365, Teams, SharePoint, OneDrive et Planner, pour partager, communiquer et vous organiser à plusieurs, jusqu'à la certification TOSA.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Microsoft 365 (RS6960) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome avec les outils collaboratifs de Microsoft 365 pour stocker et partager des fichiers, communiquer dans Teams, organiser le travail d'équipe et gagner en productivité.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Se repérer dans l'environnement Microsoft 365 et ses applications en ligne
- Stocker, partager et co-éditer des fichiers avec OneDrive et SharePoint
- Communiquer et collaborer dans Teams (équipes, canaux, réunions, chat)
- Organiser les tâches et les projets avec Planner, To Do et Lists
- Collecter et partager de l'information avec Forms et OneNote
- Gérer les droits de partage et adopter les bons réflexes de sécurité

AU PROGRAMME

01 Découvrir l'environnement Microsoft 365

02 Stocker et partager ses fichiers

03 Communiquer et collaborer avec Teams

04 S'organiser à plusieurs

05 Collecter et partager l'information

06 Travailler en équipe en confiance et certifier

12 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Équipes et collaborateurs en entreprise, profils administratifs, publics débutants

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web.

BUREAUTIQUE

BUR-OUT

Outlook Messagerie et Organisation

Messagerie, contacts, calendrier et tâches : reprendre la main sur son organisation.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 590 € HT par personne

Éligible CPF

TOSA Outlook (RS6958)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable d'organiser sa messagerie, son calendrier et ses tâches, d'automatiser le traitement des e-mails et de collaborer via le partage et la délégation, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Automatiser le tri des messages avec des règles (conditions, actions, exceptions)
- Catégoriser, suivre et rechercher efficacement ses messages
- Gérer un calendrier et des calendriers partagés
- Organiser des réunions (disponibilités, sondage FindTime, réunions Teams)
- Prioriser et suivre ses tâches avec To Do
- Déléguer des éléments et gérer les permissions

AU PROGRAMME

01 Gagner du temps sur la messagerie

02 Automatiser le traitement des e-mails

03 Optimiser le calendrier et les réunions

04 Tâches et travail collaboratif

05 Préparer la certification

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Assistants, fonctions administratives, managers et chefs de projet

PRÉREQUIS Utiliser Outlook au quotidien : envoyer et recevoir des e-mails, créer un rendez-vous simple.



BUREAUTIQUE

BUR-PBI

Power BI et tableaux de bord

Connectez, transformez et visualisez vos données pour construire des tableaux de bord interactifs qui éclairent vos décisions.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Power BI (RS7373) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour connecter et transformer ses données, les modéliser et concevoir des tableaux de bord interactifs, jusqu'à leur publication et leur partage.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Importer et connecter des données issues de sources variées (Excel, fichiers, bases, web)
- Transformer et nettoyer les données avec l'éditeur Power Query
- Construire un modèle de données fiable (relations, modèle en étoile)
- Créer des mesures et des indicateurs avec le langage DAX
- Concevoir des visuels et des tableaux de bord interactifs (filtres, segments)
- Publier un rapport sur Power BI Service et le partager

AU PROGRAMME

01 Découvrir Power BI et connecter ses données

02 Transformer et nettoyer avec Power Query

03 Modéliser les données

04 Calculer avec DAX

05 Concevoir des tableaux de bord interactifs

06 Publier, partager et actualiser

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Gestion, analyse, comptabilité, commerce, RH et reporting

PRÉREQUIS Maîtriser l'usage courant d'Excel : formules, tableaux et tableaux croisés dynamiques.

BUREAUTIQUE

BUR-PPT

PowerPoint

Construire, animer et projeter des présentations qui soutiennent votre discours.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF

TOSA PowerPoint (RS6961)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour concevoir des présentations professionnelles homogènes et dynamiques, en industrialisant leur création et en exploitant les animations modernes, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Structurer une présentation en mode Plan et depuis un plan Word
- Paramétrer thèmes, masques et dispositions pour garantir l'homogénéité
- Créer un modèle réutilisable pour une équipe
- Convertir du texte en SmartArt et lier des tableaux et graphiques Excel
- Enrichir les diapositives avec images détourées, vidéos et narrations
- Animer les contenus avec la transition Morphose et les zooms de section

AU PROGRAMME

01 Construire un contenu efficacement

02 Thèmes, masques et modèles

03 Images et vidéos

04 Animations et interactivité

05 Diffusion, collaboration et certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Assistants, managers, formateurs, commerciaux et chefs de projet

PRÉREQUIS Savoir créer une présentation simple : diapositives, insertion d'objets, diaporama.



BUREAUTIQUE

BUR-VBA

VBA pour Excel, automatiser vos traitements

Programmez en VBA pour automatiser vos classeurs et vos processus Office, du simple enregistrement de macro au développement d'outils fiables, jusqu'à la certification TOSA.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF · TOSA VBA (RS6963) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour automatiser des traitements et développer des outils fiables en VBA dans les applications Office, de l'enregistrement de macros au code structuré et débogué.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Maîtriser l'environnement de développement VBA (éditeur, projet, modules)
- Transformer une macro enregistrée en code compris et modifiable
- Écrire des procédures avec variables, conditions et boucles
- Manipuler le modèle objet d'Excel (classeurs, feuilles, plages, collections)
- Dialoguer avec l'utilisateur (boîtes de dialogue, formulaires, contrôles ActiveX)
- Détecter et corriger les erreurs grâce au débogage et à la gestion d'erreurs

AU PROGRAMME

01 L'environnement VBA

02 Le langage VBA

03 Le modèle objet d'Office

04 Dialoguer avec l'utilisateur

05 Fiabiliser : débogage et gestion d'erreurs

06 Automatiser des processus et certifier

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Utilisateurs Excel avancés, gestion, analyse, comptabilité et RH

PRÉREQUIS Maîtriser l'usage avancé d'Excel : formules, fonctions et tableaux.

BUREAUTIQUE

BUR-WRD

Word

Des courriers aux rapports longs : styles, mise en page, publipostage et documents accessibles.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Word (RS6964)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour concevoir des documents longs, structurés et homogènes (rapports, comptes rendus, courriers en série) en s'appuyant sur les styles, les modèles et le publipostage, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Automatiser la présentation par la création et le chaînage de styles
- Concevoir des documents longs structurés (titres hiérarchisés, sommaire automatique)
- Construire et réutiliser des modèles et des blocs de contenu
- Réaliser un publipostage courrier et e-mailing à partir d'une source de données
- Créer des formulaires avec contrôles (listes, cases, sélecteur de date)
- Gérer l'illustration (habillage d'images, tableaux, graphiques Excel liés)

AU PROGRAMME

01 Gagner du temps

02 Automatiser la présentation

03 Documents longs et structurés

04 Illustrations et objets

05 Publipostage et e-mailing

06 Formulaires, collaboration et certification

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Assistants, fonctions administratives, RH, juridique et communication

PRÉREQUIS Utiliser Word au quotidien : saisir, mettre en forme des caractères et des paragraphes, imprimer.



BUREAUTIQUE

OUT-NOT

Construire son espace de travail avec Notion

Centralisez notes, projets et bases de connaissances dans un espace Notion clair, structuré et collaboratif.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour construire et exploiter un espace de travail Notion structuré et collaboratif.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre la logique de Notion (pages et blocs)
- Structurer son espace de travail personnel ou d'équipe
- Créer et exploiter des bases de données et des vues
- Utiliser modèles, relations et formules simples
- Collaborer et partager en toute sécurité

AU PROGRAMME

01 Découvrir Notion

02 Structurer son espace

03 Les bases de données

04 Modèles et relations

05 Collaborer et partager

5 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Organisation, projets, RH et marketing

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique.



BUREAUTIQUE

BUR-PQR

Excel expert : Power Query et Power Pivot

Dépassez les limites du tableur : importez, transformez et modélisez vos données pour des analyses fiables et actualisables en un clic.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour automatiser l'import et le nettoyage de ses données, les modéliser avec Power Pivot et produire des analyses fiables et actualisables.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Importer et combiner des données issues de sources variées avec Power Query
- Nettoyer et transformer des données de façon automatisée et réutilisable
- Construire un modèle de données relationnel avec Power Pivot
- Écrire des mesures et des indicateurs avec le langage DAX
- Produire des tableaux croisés dynamiques sur le modèle
- Programmer et fiabiliser l'actualisation des données

AU PROGRAMME

01 Pourquoi passer à Power Query et Power Pivot

02 Power Query : importer et transformer

03 Power Query : combiner plusieurs sources

04 Power Pivot : modéliser

05 Calculer avec DAX

06 Restituer et actualiser

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Gestion, analyse, comptabilité et reporting

PRÉREQUIS Maîtriser Excel à l'aise : formules, tableaux et tableaux croisés dynamiques.



BUREAUTIQUE

OUT-AIR

Gérer ses données avec Airtable

Dépassez le tableur : créez des bases de données visuelles, reliées et collaboratives avec Airtable.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour structurer, relier et partager des données avec Airtable.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre la logique d'Airtable (base, tables, champs)
- Structurer une base avec les bons types de champs
- Exploiter les vues (grille, kanban, calendrier, galerie)
- Relier plusieurs tables (liens, lookups)
- Mettre en place des automatisations simples
- Partager et collaborer sur une base

AU PROGRAMME

01 Découvrir Airtable

02 Structurer une base

03 Les vues

04 Relier les données

05 Automatiser et partager

5 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Gestion, marketing, RH et administratif

PRÉREQUIS Être à l'aise avec un tableur de base.



BUREAUTIQUE

OUT-PWA

Power Automate : automatiser ses tâches dans Microsoft 365

Automatisez vos tâches répétitives dans Microsoft 365 : mails, fichiers, approbations et notifications, sans coder.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour automatiser ses tâches répétitives dans Microsoft 365 avec Power Automate.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre Power Automate et les types de flux
- Créer un premier flux (déclencheur et actions)
- Connecter les outils Microsoft 365 (Outlook, SharePoint, Teams, Excel)
- Ajouter de la logique (conditions, boucles, variables)
- Mettre en place des approbations et des notifications
- Fiabiliser ses flux (erreurs, bonnes pratiques)

AU PROGRAMME

01 Découvrir Power Automate

02 Premier flux

03 Connecter Microsoft 365

04 Ajouter de la logique

05 Approbations et notifications

06 Fiabiliser

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Administratif, RH, gestion et support

PRÉREQUIS Être à l'aise avec Microsoft 365 (Outlook, Excel, SharePoint).



BUREAUTIQUE

BUR-PBA

Power BI avancé : DAX et modélisation

Passez d'un rapport qui fonctionne à un modèle qui tient la charge : DAX avancé, time intelligence, performance et sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	A partir de 1690 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour concevoir un modèle performant, écrire du DAX avancé, sécuriser et industrialiser ses rapports Power BI.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Concevoir un modèle de données performant (schéma en étoile, relations)
- Maîtriser le DAX avancé : contexte de filtre, CALCULATE, variables
- Mettre en place la time intelligence (cumuls, comparaisons N-1)
- Optimiser les performances d'un rapport et d'un modèle
- Sécuriser l'accès aux données avec la sécurité au niveau des lignes (RLS)
- Industrialiser la publication, le partage et l'actualisation sur Power BI Service

AU PROGRAMME

01 Revoir le modèle et poser les bases

02 DAX avancé

03 Time intelligence

04 Modélisation avancée

05 Performance et qualité

06 Sécurité, partage et industrialisation

8 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Contrôle de gestion, analyse et data

PRÉREQUIS Connaître les fondamentaux de Power BI : importer des données, créer des visuels, construire un rapport simple.

DOMAINE 03 SUR 9

Création et PAO

Concevoir des visuels et des supports imprimés avec les outils de référence de la création graphique.

4 FORMATIONS

Illustrator	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.45
InDesign	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.46
Photoshop	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.47
Canva et Canva avec l'IA	TOSA	2 jours, 14 heures	p.48

CRÉATION ET PAO

PAO-AI

Illustrator

Dessin vectoriel, logos, pictogrammes et illustrations prêts pour le print et le web.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Illustrator (RS6956)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome sur le dessin vectoriel pour créer et modifier des illustrations (logos, pictogrammes, signalétique), en intégrant l'IA générative Adobe Firefly, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer Illustrator dans la chaîne graphique et comprendre la nature vectorielle de l'image
- Créer et combiner des objets vectoriels simples (formes géométriques, tracés à main levée)
- Modifier un tracé par ses points d'ancrage et transformer les objets (rotation, échelle, symétrie)
- Assembler et découper des formes avec les fonctions Pathfinder
- Appliquer couleurs globales, dégradés linéaires et radiaux, transparences et modes de fusion
- Gérer la typographie et les attributs graphiques du texte

AU PROGRAMME

01 Comprendre Illustrator et créer son document

02 Créer et combiner des objets vectoriels

03 Modifier et transformer

04 Couleurs, dégradés et typographie

05 Créer avec l'IA générative Adobe Firefly

06 Finaliser, exporter et préparer la certification

10 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Chargés de communication, graphistes et illustrateurs débutants, indépendants

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement informatique.

CRÉATION ET PAO

PAO-IND

InDesign

Mettre en page brochures, catalogues et documents longs, et livrer un PDF conforme à l'imprimeur.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF

TOSA InDesign (RS6957)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de concevoir des mises en page professionnelles et cohérentes, prêtes pour l'impression et l'édition numérique, en s'appuyant sur les outils IA de Creative Cloud, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Créer un document structuré (fond perdu, recto-verso, marges, colonnes)
- Manipuler blocs texte et blocs image, importer et chaîner le texte long
- Mettre en forme la typographie via les panneaux Caractère et Paragraphe
- Industrialiser la mise en page avec des styles de paragraphe et de caractère
- Gérer les couleurs (RVB, CMJN, nuancier, bibliothèques Creative Cloud) et appliquer des effets
- Structurer un document avec calques et gabarits (pages types, numérotation automatique)

AU PROGRAMME

01 Prendre en main InDesign

02 Mettre en forme le texte

03 Structurer la mise en page

04 Couleurs, styles et gabarits

05 Images, IA générative et diffusion

06 Préparer la certification

11 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Chargés de communication, graphistes et maquettistes débutants, indépendants

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement informatique.

CRÉATION ET PAO

PAO-PSD

Photoshop

Retoucher, détourer, composer et exporter des visuels pour le print et le web.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF | TOSA Photoshop (RS6959)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome sur la retouche, le détourage et le montage d'images sous Photoshop, en intégrant les outils d'IA générative Adobe Firefly, jusqu'à la préparation de la certification TOSA.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Maîtriser l'interface, la navigation et l'organisation de son espace de travail
- Distinguer les modes colorimétriques RVB et CMJN et régler résolution et taille d'image selon la destination
- Réaliser des sélections et des détourages précis, y compris avec les outils de sélection automatique par IA
- Retoucher et corriger une image (recadrage, tampon, correcteur, remplissage d'après le contenu, corrections de tons)
- Composer un montage multi-calques avec masques de fusion, masques d'écrêtage et modes de fusion
- Exploiter l'IA générative Adobe Firefly : remplissage génératif, extension générative et rédaction de prompts

AU PROGRAMME

01 Prendre en main Photoshop et l'image numérique

02 Sélectionner et détourer

03 Retoucher et corriger

04 Composer un montage multi-calques

05 Créer avec l'IA générative Adobe Firefly

06 Finaliser, exporter et préparer la certification

11 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Chargés de communication, graphistes débutants, assistants PAO et indépendants

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'environnement informatique (fichiers, navigation, logiciels courants).



CRÉATION ET PAO

PAO-CNV

Canva et Canva avec l'IA

Créez vos visuels, vos publications réseaux sociaux et vos supports imprimés en toute autonomie, avec les nouveaux outils d'IA de Canva.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Certification TOSA · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome sur Canva pour concevoir des visuels professionnels et cohérents, des réseaux sociaux aux supports imprimés, en tirant parti des outils d'intelligence artificielle de la plateforme.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Prendre en main l'interface de Canva, les projets, les modèles et la bibliothèque d'éléments
- Construire une identité visuelle cohérente avec le kit de marque (logos, couleurs, polices)
- Composer un visuel en appliquant les règles de typographie, de couleur et de mise en page
- Produire des visuels adaptés à chaque réseau social et décliner un contenu en plusieurs formats
- Concevoir des présentations, documents et supports imprimés prêts à diffuser
- Exploiter les outils d'IA de Magic Studio pour générer et retoucher textes et images

AU PROGRAMME

01 Prendre en main Canva

02 Identité visuelle et composition

03 Créer pour les réseaux sociaux

04 Documents, présentations et supports imprimés

05 Canva et l'intelligence artificielle

06 Exporter, collaborer et partager

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Communication, assistants, indépendants, commerce et community management débutant

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web.

DOMAINE 04 SUR 9

Dessin technique et CAO

Dessiner, coter et mettre en page des plans techniques précis avec les outils de référence du dessin assisté par ordinateur.

1 FORMATION

AutoCAD, dessin technique et plans CPF . TOSA — 3 jours, 21 heures **p.50**



DESSIN TECHNIQUE ET CAO

PAO-CAD

AutoCAD, dessin technique et plans

Dessinez, cotez et mettez en page des plans techniques précis en 2D avec AutoCAD, jusqu'à la certification TOSA reconnue par l'État.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Éligible CPF · TOSA AutoCAD (RS6955) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour créer, modifier, habiller et imprimer des dessins techniques et des plans en 2D avec AutoCAD, jusqu'à la certification TOSA AutoCAD.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Maîtriser l'interface d'AutoCAD et régler son environnement de travail
- Dessiner avec précision à l'aide des outils de dessin et des aides au tracé
- Modifier et organiser ses entités avec les calques
- Coter, annoter et habiller un plan selon les règles du dessin technique
- Créer et utiliser des blocs et des bibliothèques d'éléments
- Mettre en page et imprimer à l'échelle dans les présentations

AU PROGRAMME

01 Prendre en main AutoCAD

02 Modifier et organiser

03 Habiller et annoter un plan

04 Blocs et bibliothèques

05 Mettre en page et imprimer

06 Préparer et passer la certification TOSA AutoCAD

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Bureau d'études, bâtiment, aménagement, industrie et reconversion dessin technique

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur.

DOMAINE 05 SUR 9

Marketing

05

Développer sa visibilité, son acquisition et ses ventes, du réseau social à la publicité en ligne.

10 FORMATIONS

Développer l'Activité Commerciale par les Réseaux Sociaux	CPF . Certifiante	3 jours, 21 heures	p.52
Stratégie de Communication Digitale sur Réseaux sociaux	Certifiante	3 jours, 21 heures	p.53
Devenir community manager		3 jours, 21 heures	p.54
LinkedIn		2 jours, 14 heures	p.55
Merchandising		2 jours, 14 heures	p.56
Publicité en ligne : Google Ads et référencement		2 jours, 14 heures	p.57
Référencer son site web : SEO et GEO		2 jours, 14 heures	p.58
SEO : les essentiels du référencement naturel		1 jour, 7 heures	p.59
Techniques de Vente		2 jours, 14 heures	p.60
Webmarketing		3 jours, 21 heures	p.61

MARKETING

MKT-RSC

Développer l'Activité Commerciale par les Réseaux Sociaux

Choisir les bons réseaux, publier des contenus qui vendent et mesurer ce qui rapporte.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2 100 € HT par personne

Éligible CPF

Développer l'activité commerciale par les réseaux sociaux (RS7643)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour intégrer les réseaux sociaux à son processus de vente B2B, détecter des opportunités et raccourcir son cycle commercial, jusqu'à la préparation d'une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le parcours d'achat B2B digitalisé
- Optimiser sa présence et sa marque personnelle sur les réseaux professionnels
- Élaborer et diffuser une stratégie de contenu qui attire les prospects
- Identifier, qualifier et engager des leads par le social listening
- Automatiser sa veille et sa prospection avec l'IA et les outils dédiés
- Intégrer le social selling au processus commercial et au CRM

AU PROGRAMME

01 Prospecter dans un monde digital

02 Optimiser sa présence

03 Attirer par le contenu

04 Détecter et engager des opportunités

05 Automatiser et outiller

06 Fluidifier le processus et certifier

6 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Commerciaux, directeurs commerciaux, chefs des ventes et professionnels B2B

PRÉREQUIS Aucun prérequis.

MARKETING

MKT-RSX

Stratégie de Communication Digitale sur Réseaux sociaux

Positionner son offre, planifier ses contenus, mesurer ses résultats et protéger sa réputation en ligne.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 890 € HT par personne

Concevoir et déployer une stratégie de communication digitale (RS6993)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de concevoir et de piloter une stratégie de présence sociale et une ligne éditoriale pour animer une communauté et gérer l'e-réputation d'une marque.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les spécificités et les usages de chaque réseau social
- Concevoir une stratégie de présence et d'influence (objectifs, cibles, personas)
- Définir une ligne éditoriale et un calendrier de contenus
- Animer et fédérer une communauté sur plusieurs canaux
- Modérer et gérer les situations de crise
- Exploiter le social advertising pour amplifier la portée

AU PROGRAMME

01 Panorama et stratégie

02 Définir sa stratégie social media

03 Community management opérationnel

04 Créer et amplifier

05 Gérer la crise et piloter

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Chargés de communication et de marketing, community managers, responsables digitaux

PRÉREQUIS Connaître les mécanismes de base de la communication sur Internet et des réseaux sociaux.



MARKETING

MKT-CM

Devenir community manager

Définissez une stratégie de présence sur les réseaux sociaux, créez des contenus qui engagent, animez votre communauté et mesurez vos résultats.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de définir et d'animer la présence d'une marque sur les réseaux sociaux, de créer des contenus engageants, d'animer une communauté et d'en mesurer les résultats.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le rôle du community manager et l'écosystème des réseaux sociaux
- Définir une stratégie de présence et une ligne éditoriale
- Construire un calendrier éditorial et des contenus adaptés à chaque réseau
- Produire des visuels et des vidéos courtes qui engagent
- Animer une communauté, modérer et gérer les situations sensibles
- Comprendre les bases de la publicité sociale et des collaborations

AU PROGRAMME

01 Le métier et l'écosystème social

02 Stratégie et ligne éditoriale

03 Créer des contenus qui engagent

04 Animer et modérer une communauté

05 Publicité sociale et collaborations

06 Mesurer, analyser et rendre compte

11 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Communication, assistants, indépendants, commerce et reconversion

PRÉREQUIS Avoir une pratique personnelle des réseaux sociaux.

MARKETING

MKT-LKD

LinkedIn

Optimiser son profil et sa page, développer son réseau et détecter des opportunités commerciales.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour transformer LinkedIn en outil de prospection et de crédibilité, générant des rendez-vous qualifiés en B2B.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Optimiser son profil pour renforcer sa crédibilité et son personal branding
- Identifier et qualifier ses prospects avec les filtres et Sales Navigator
- Entrer en relation sans approche intrusive par une prise de contact personnalisée
- Produire du contenu de valeur pour nourrir la relation, avec l'aide de l'IA générative
- Structurer une routine régulière de prospection (calendrier, séquences)
- Piloter son activité avec des objectifs et des indicateurs simples

AU PROGRAMME

01 Optimiser son profil

02 Identifier et qualifier ses prospects

03 Entrer en relation

04 Nourrir la relation par le contenu

05 Structurer sa routine et piloter

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Commerciaux, business developers, consultants, indépendants et dirigeants

PRÉREQUIS Disposer d'un profil LinkedIn et être à l'aise avec les fonctions de base du réseau.

MARKETING

MKT-MCH

Merchandising

Vitrines, volumes, couleurs et lumière : mettre en scène ses produits pour vendre plus.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de maîtriser les principes du merchandising qualitatif et quantitatif pour optimiser l'offre, l'implantation et la performance d'un point de vente.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer le merchandising dans le marketing mix
- Distinguer merchandising qualitatif et quantitatif
- Analyser le comportement du client en magasin
- Construire et gérer un assortiment par catégorie
- Optimiser l'implantation et l'agencement des rayons
- Concevoir un plan de masse et un zoning cohérents

AU PROGRAMME

01 Orienter sa stratégie merchandising

02 Connaître le client en magasin

03 Gérer l'assortiment par catégorie

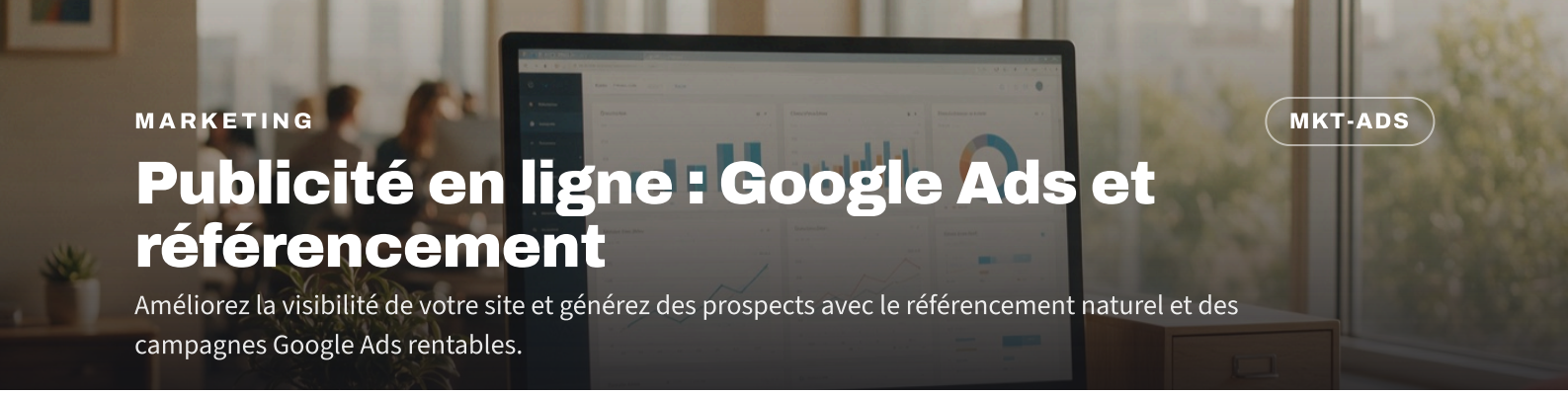
04 Optimiser l'implantation en rayon

05 Mesurer la performance

5 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Responsables commerciaux, chefs de rayon, trade marketing et commerçants

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



MARKETING

MKT-ADS

Publicité en ligne : Google Ads et référencement

Améliorez la visibilité de votre site et générez des prospects avec le référencement naturel et des campagnes Google Ads rentables.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour améliorer le référencement naturel de son site et pour créer, mesurer et optimiser des campagnes Google Ads génératrices de prospects.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre l'acquisition en ligne et la complémentarité entre référencement naturel et publicité
- Réaliser une recherche de mots-clés et bâtir une stratégie de contenu
- Optimiser le référencement naturel d'une page (contenu, balises, technique)
- Améliorer sa visibilité locale avec Google Business Profile
- Créer un compte Google Ads et structurer une campagne Search
- Rédiger des annonces, choisir mots-clés, enchère et budget

AU PROGRAMME

01 Comprendre l'acquisition en ligne

02 Référencement naturel : les fondamentaux

03 SEO technique et visibilité locale

04 Créer ses campagnes Google Ads

05 Annonces, enchères et budget

06 Mesurer et optimiser

11 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Dirigeants TPE-PME, marketing, communication, commerce et e-commerce

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant du web.

MARKETING

MKT-GEO

Référencer son site web : SEO et GEO

Analyser ses résultats et déployer une stratégie de visibilité, sur Google comme dans les réponses des IA (ChatGPT, Perplexity, AI Overviews).

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour analyser la visibilité de son site, l'optimiser pour Google et pour les moteurs de recherche génératifs (GEO), et construire une stratégie SEO et GEO pilotée par les résultats.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Réaliser l'audit et l'analyse de la visibilité de son site sur les moteurs de recherche
- Lire et exploiter les données de Google Search Console et de Google Analytics 4
- Identifier ses opportunités de mots-clés, de contenus et de maillage interne
- Analyser ses concurrents et la santé technique de son site
- Comprendre le GEO et optimiser sa présence pour les moteurs de recherche génératifs (ChatGPT, Perplexity, Google AI Overviews, Copilot)
- Construire et piloter une stratégie SEO et GEO assortie d'un plan d'action mesurable

AU PROGRAMME

01 Faire le point sur sa visibilité

02 Analyser ce qui fait remonter un site

03 Technique et concurrence

04 Le GEO : être visible dans les réponses des IA

05 Construire et piloter sa stratégie

11 séquences . 5 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Marketing, communication, dirigeants TPE-PME et chargés de site ayant des bases SEO

PRÉREQUIS Connaître les bases du référencement naturel, ou avoir suivi la formation SEO : les essentiels du référencement naturel.

MARKETING

MKT-SEO

SEO : les essentiels du référencement naturel

Attirez des clients depuis Google en une journée : les bases du référencement naturel, concrètes, sans jargon ni code.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 790 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant débutant autonome sur les bases du référencement naturel : comprendre le fonctionnement de Google, optimiser ses pages et sa visibilité locale, et suivre ses résultats avec des outils gratuits.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre ce qu'est le référencement naturel et comment Google classe les pages
- Identifier les mots-clés utiles à son activité avec des outils gratuits
- Appliquer les optimisations de base d'une page, sans écrire de code
- Rédiger un contenu lisible par les clients et apprécié des moteurs de recherche
- Mettre en place sa visibilité locale avec Google Business Profile
- Suivre ses résultats avec des outils gratuits et bâtir un plan d'action

AU PROGRAMME

01 Le SEO en clair

02 Trouver les bons mots-clés

03 Les bases techniques qui comptent vraiment

04 Écrire une page que Google et les clients aiment

05 Être visible localement

06 Suivre et progresser

6 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Dirigeants TPE-PME, artisans, commerçants, indépendants, débutants en SEO

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique.

MARKETING

MKT-VTE

Techniques de Vente

Créer la confiance, découvrir les besoins, argumenter, traiter les objections et conclure.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 590 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de structurer un entretien de vente de la préparation à la conclusion, pour améliorer son taux de transformation.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Cerner les attentes du client et structurer sa démarche commerciale
- Préparer l'entretien et fixer un objectif de vente
- Réussir la prise de contact et maîtriser son pitch
- Mener une découverte des besoins et détecter les motivations (SONCASE)
- Argumenter avec impact et valoriser le prix
- Traiter les objections avec méthode

AU PROGRAMME

01 Préparer et cibler

02 Entrer en relation

03 Découvrir les besoins

04 Argumenter et traiter les objections

05 Conclure et fidéliser

6 séquences . 4 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Commerciaux, commerciaux sédentaires, indépendants et créateurs

PRÉREQUIS Aucun prérequis.

MARKETING

MKT-WMK

Webmarketing

Page Facebook professionnelle, campagnes d'e-mailing et newsletter : les trois leviers du web pour un commerce.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2 100 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de maîtriser les leviers d'acquisition et de conversion en ligne (SEO, publicité, réseaux sociaux, emailing, data) pour bâtir et piloter une stratégie webmarketing rentable.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- S'approprier les enjeux et le modèle actuel du marketing digital
- Construire une stratégie de génération de trafic et de conversion
- Optimiser le référencement naturel (SEO on-page, technique, contenu)
- Piloter des campagnes payantes (Google Ads, social ads, retargeting)
- Mesurer la performance avec Google Analytics 4 et le tunnel de conversion
- Activer l'emailing et le marketing automation

AU PROGRAMME

01 Fondamentaux et stratégie

02 Référencement naturel (SEO)

03 Publicité en ligne (SEA et social ads)

04 Réseaux sociaux, contenu et emailing

05 Data, analytics et pilotage

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Responsables et chargés de marketing digital, chefs de projet web, dirigeants de TPE/PME

PRÉREQUIS Aucun prérequis technique.

DOMAINE 06 SUR 9

Web et internet

Créer, gérer et faire vivre son site internet en autonomie.

19 FORMATIONS

DigComp, socle des compétences numériques	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.63
Python, programmer et automatiser	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.64
WordPress : créer et gérer son site (certification TOSA)	CPF . TOSA	3 jours, 21 heures	p.65
Administration d'un poste et d'un réseau Windows		3 jours, 21 heures	p.66
Concevoir et consommer des API REST		2 jours, 14 heures	p.67
Créer une application web avec Symfony	TOSA	5 jours, 35 heures	p.68
Devenir Data Analyst : SQL, Python et dataviz	TOSA	5 jours, 35 heures	p.69
Développer un site dynamique en PHP et MySQL	TOSA	5 jours, 35 heures	p.70
Développer un thème ou une extension WordPress	TOSA	3 jours, 21 heures	p.71
Fondamentaux du Cloud (Azure et AWS)		2 jours, 14 heures	p.72
Interroger une base de données avec SQL	TOSA	3 jours, 21 heures	p.73
Intégrer des pages web avec HTML5 et CSS3	TOSA	3 jours, 21 heures	p.74
JavaScript moderne et React	TOSA	5 jours, 35 heures	p.75
Les fondamentaux de la cybersécurité en entreprise	TOSA	3 jours, 21 heures	p.76
Programmer en JavaScript : les fondamentaux	TOSA	4 jours, 28 heures	p.77
Python pour l'analyse de données	TOSA	4 jours, 28 heures	p.78
Sensibilisation à la cybersécurité	TOSA	1 jour, 7 heures	p.79
Shopify : créer et gérer sa boutique en ligne		3 jours, 21 heures	p.80
Versionner son code avec Git et GitHub		2 jours, 14 heures	p.81



WEB ET INTERNET

WEB-DIG

DigComp, socle des compétences numériques

Consolidez vos compétences numériques fondamentales, de la recherche d'information à la sécurité, selon le référentiel européen DIGCOMP, jusqu'à la certification TOSA DigComp.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 650 € HT par personne

Éligible CPF · TOSA DigComp (RS6893) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Consolider les compétences numériques du participant selon les cinq domaines du référentiel européen DIGCOMP et le préparer à la certification TOSA DigComp.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Se repérer et travailler dans un environnement numérique courant
- Rechercher, évaluer et organiser l'information et les données
- Communiquer et collaborer en ligne de façon efficace et responsable
- Créer et mettre en forme des contenus numériques dans le respect des droits
- Protéger ses appareils, ses données personnelles et sa vie privée
- Résoudre des problèmes courants et savoir monter en compétence

AU PROGRAMME

01 S'orienter dans l'environnement numérique

02 Information et données

03 Communication et collaboration

04 Création de contenu numérique

05 Sécurité numérique

06 Résolution de problèmes et certification

11 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Publics éloignés du numérique, reconversion, montée en compétences socle

PRÉREQUIS Savoir utiliser un ordinateur et naviguer sur internet de façon basique.



WEB ET INTERNET

WEB-PYT

Python, programmer et automatiser

Apprenez à programmer en Python, du langage aux structures de données, pour automatiser vos tâches et traiter vos données, jusqu'à la certification TOSA.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Éligible CPF · TOSA Python (RS6962) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable d'écrire des programmes Python structurés pour automatiser des tâches et traiter des données, jusqu'à la certification TOSA Python.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Installer et utiliser un environnement de développement Python
- Maîtriser la syntaxe du langage : variables, conditions, boucles et fonctions
- Manipuler les structures de données (listes, dictionnaires, tuples, ensembles)
- Lire et écrire des fichiers et gérer les erreurs
- Organiser son code en modules et utiliser des packages
- Écrire des scripts d'automatisation et une première approche du traitement de données

AU PROGRAMME

01 Découvrir Python et son environnement

02 Le langage et sa syntaxe

03 Les structures de données

04 Fichiers, erreurs et objets

05 Modules, packages et automatisation

06 Optimiser et passer la certification TOSA Python

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Technique, data, informatique, web et reconversion vers le développement

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage d'un ordinateur et la logique de base.



WEB ET INTERNET

WEB-WRP

WordPress : créer et gérer son site (certification TOSA)

Concevez, administrez et faites évoluer un site professionnel avec WordPress, sans coder, jusqu'à la certification TOSA reconnue par l'État.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Éligible CPF · TOSA WordPress (RS6965) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour concevoir, administrer et faire évoluer un site WordPress professionnel, jusqu'à la certification TOSA WordPress.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Installer et configurer un site WordPress
- Structurer un site avec les pages, les articles, les menus et les médias
- Choisir, installer et personnaliser un thème
- Construire des pages avec l'éditeur et un constructeur visuel
- Installer et paramétrer les extensions essentielles (référencement, sécurité, formulaire)
- Administrer, sécuriser, sauvegarder et mettre à jour un site

AU PROGRAMME

01 Découvrir WordPress et l'installer

02 Structurer le site

03 Thème et mise en page

04 Les extensions essentielles

05 Administrer, sécuriser et maintenir

06 Préparer et passer la certification TOSA WordPress

12 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Indépendants, commerce, communication, administratif et reconversion web

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et de la navigation web.



WEB ET INTERNET

SYS-WIN

Administration d'un poste et d'un réseau Windows

Installez, configurez et maintenez des postes Windows en réseau : utilisateurs, droits, partage, maintenance et sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1690 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour installer, configurer, sécuriser et maintenir des postes Windows en réseau.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Installer et configurer un poste Windows
- Gérer les utilisateurs, les groupes et les droits (NTFS)
- Configurer le réseau (TCP/IP, partages, imprimantes)
- Assurer la maintenance (sauvegardes, mises à jour, dépannage)
- Sécuriser le poste de travail
- Comprendre la gestion centralisée (Active Directory, notions)

AU PROGRAMME

01 Installer et configurer Windows

02 Utilisateurs et droits

03 Le réseau

04 Maintenance

05 Sécurité du poste

06 Vers la gestion centralisée

6 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Informatique, support et techniciens

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'utilisation courante de Windows.



WEB ET INTERNET

WEB-API

Concevoir et consommer des API REST

Faites communiquer vos applications : comprendre, consommer et concevoir des API REST, de HTTP à la sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour consommer, concevoir, sécuriser et documenter une API REST.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre ce qu'est une API et les principes REST
- Maîtriser HTTP : méthodes, codes de statut et en-têtes
- Consommer une API et tester ses requêtes (Postman)
- Concevoir des endpoints clairs et cohérents
- Sécuriser l'accès avec des clés et des tokens
- Documenter et fiabiliser une API

AU PROGRAMME

01 Les API et REST

02 HTTP en pratique

03 Consommer une API

04 Concevoir une API

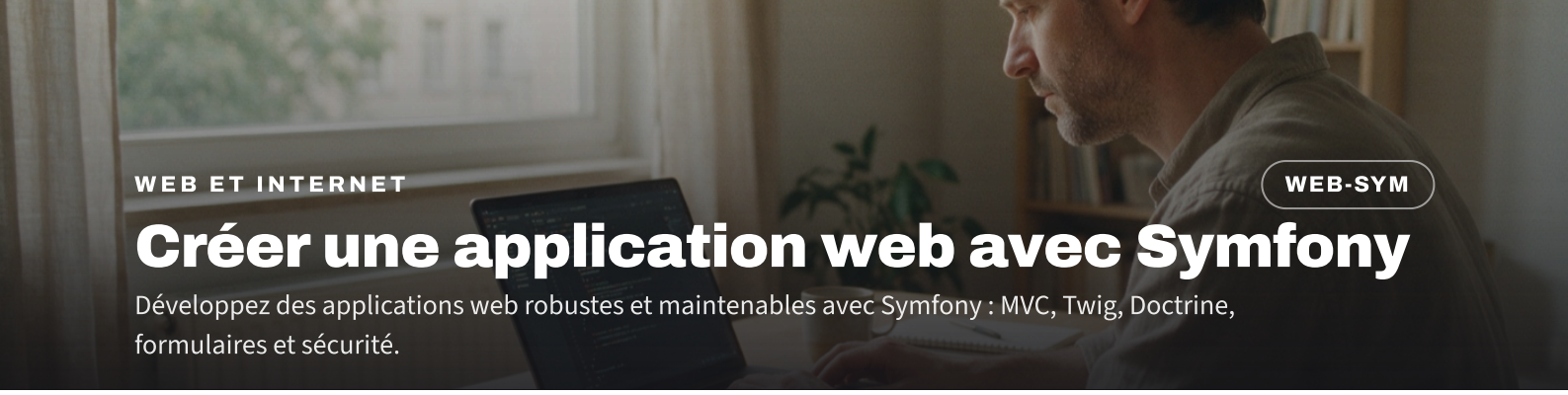
05 Sécuriser

06 Documenter et fiabiliser

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Développement web et intégration

PRÉREQUIS Disposer de bases en développement et comprendre le fonctionnement du web (HTTP).



WEB ET INTERNET

WEB-SYM

Créer une application web avec Symfony

Développez des applications web robustes et maintenables avec Symfony : MVC, Twig, Doctrine, formulaires et sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
5 jours, 35 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2900 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour développer une application web structurée et sécurisée avec Symfony.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre l'architecture et la philosophie de Symfony
- Mettre en place des routes et des contrôleurs
- Construire des vues avec le moteur de templates Twig
- Gérer la base de données avec l'ORM Doctrine
- Créer et valider des formulaires
- Mettre en place l'authentification et le contrôle d'accès

AU PROGRAMME

01 Découvrir Symfony

02 Routes et contrôleurs

03 Les vues avec Twig

04 Doctrine et base de données

05 Formulaires

06 Sécurité

07 Structurer et finaliser

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Développement web, framework PHP

PRÉREQUIS Maîtriser les bases de PHP et de la programmation orientée objet.



WEB ET INTERNET

WEB-DAN

Devenir Data Analyst : SQL, Python et dataviz

Le parcours complet pour transformer des données en décisions : interroger en SQL, analyser en Python, raconter en dataviz.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
5 jours, 35 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	A partir de 2490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant opérationnel pour interroger, analyser et restituer des données, de la base de données au tableau de bord et aux recommandations.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre la démarche d'analyse et le cycle de la donnée
- Interroger une base de données relationnelle avec SQL
- Préparer et analyser des données avec Python et pandas
- Mobiliser les statistiques descriptives utiles à l'analyse
- Construire des visualisations et un tableau de bord lisibles
- Raconter la donnée et formuler des recommandations

AU PROGRAMME

01 Le métier et la démarche data

02 Interroger les données : SQL

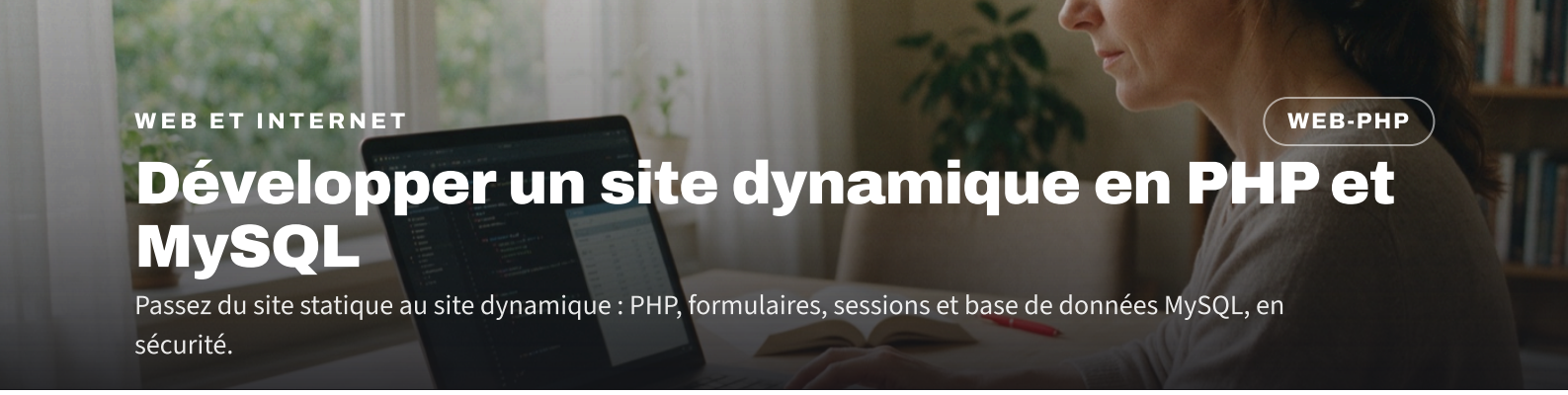
03 Préparer et analyser : Python

04 Restituer : dataviz et storytelling

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Data, études, contrôle de gestion et reconversion

PRÉREQUIS Être à l'aise avec Excel et la logique des données.



WEB ET INTERNET

WEB-PHP

Développer un site dynamique en PHP et MySQL

Passez du site statique au site dynamique : PHP, formulaires, sessions et base de données MySQL, en sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
5 jours, 35 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour développer un site dynamique en PHP et MySQL, du formulaire au CRUD sécurisé.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le fonctionnement d'un site web dynamique
- Maîtriser la syntaxe de base de PHP
- Traiter des formulaires et gérer les sessions
- Concevoir et interroger une base de données MySQL
- Réaliser un CRUD complet (créer, lire, modifier, supprimer)
- Appliquer les bonnes pratiques de sécurité (requêtes préparées, validation)

AU PROGRAMME

01 Le web dynamique et PHP

02 Les bases de PHP

03 Formulaires et sessions

04 Base de données MySQL

05 CRUD

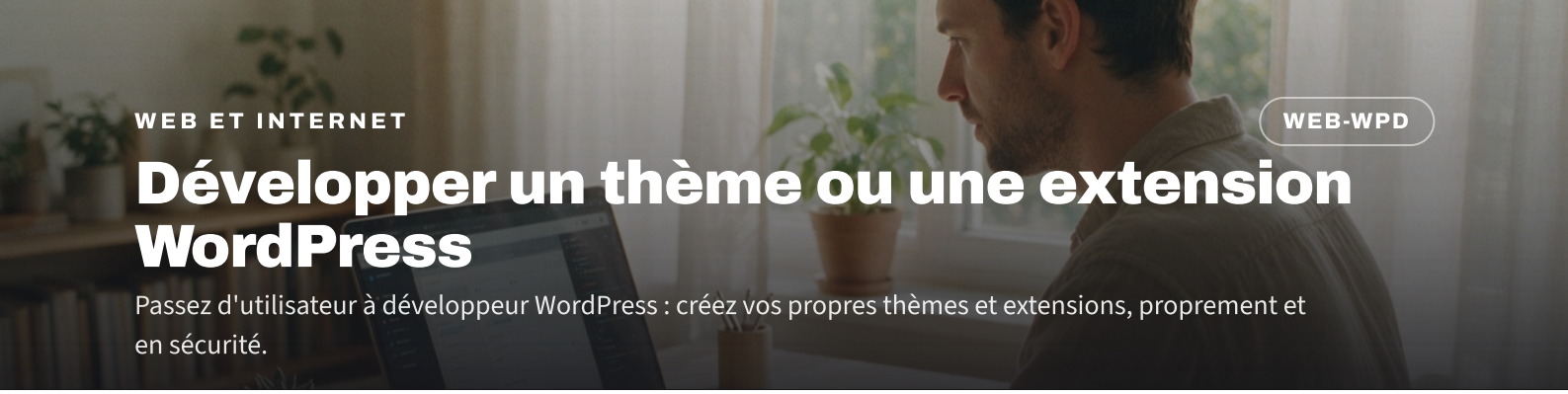
06 Sécurité et bonnes pratiques

07 Structurer et finaliser

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Développement web côté serveur

PRÉREQUIS Connaître HTML et CSS et disposer de bases en logique de programmation.



WEB ET INTERNET

WEB-WPD

Développer un thème ou une extension WordPress

Passez d'utilisateur à développeur WordPress : créez vos propres thèmes et extensions, proprement et en sécurité.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1690 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour développer et maintenir un thème et une extension WordPress sur mesure.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre l'architecture et le fonctionnement de WordPress
- Créer un thème personnalisé (template hierarchy, the loop)
- Personnaliser un thème avec functions.php, menus et widgets
- Développer une extension (plugin) et la structurer
- Utiliser les hooks : actions, filtres et shortcodes
- Appliquer les bonnes pratiques de sécurité et de performance

AU PROGRAMME

01 L'architecture de WordPress

02 Créer un thème

03 Personnaliser le thème

04 Développer une extension

05 Les hooks

06 Données et sécurité

07 Finaliser

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Développement web, WordPress

PRÉREQUIS Savoir utiliser WordPress côté administration.



WEB ET INTERNET

CLO-FON

Fondamentaux du Cloud (Azure et AWS)

Comprenez le cloud et ses services : modèles, sécurité, coûts, et repérez-vous dans Azure ou AWS.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de comprendre le cloud, ses services, sa sécurité et ses coûts, et de se repérer dans Azure ou AWS.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le cloud et ses modèles (IaaS, PaaS, SaaS)
- Identifier les services essentiels (calcul, stockage, réseau, bases)
- Se repérer dans la console Azure ou AWS
- Comprendre la sécurité et la gestion des identités dans le cloud
- Maîtriser le modèle de coûts et la gouvernance
- Cadrer le démarrage d'un projet cloud

AU PROGRAMME

01 Comprendre le cloud

02 Les services essentiels

03 Se repérer dans la console

04 Sécurité et identité

05 Coûts et gouvernance

06 Démarrer un projet cloud

6 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Informatique, projets et décideurs IT

PRÉREQUIS Disposer d'une culture informatique générale (systèmes, réseaux).



WEB ET INTERNET

WEB-SQL

Interroger une base de données avec SQL

Extrayez l'information de vos données : du SELECT simple aux jointures et agrégats, maîtrisez le langage SQL.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour interroger, filtrer, agréger et croiser des données avec SQL.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le modèle relationnel et le rôle d'un SGBD
- Écrire des requêtes SELECT avec tris et alias
- Filtrer les données avec précision (WHERE, LIKE, IN)
- Agréger les données (COUNT, SUM, GROUP BY, HAVING)
- Croiser plusieurs tables avec des jointures
- Utiliser des sous-requêtes et des fonctions utiles

AU PROGRAMME

01 Les bases de données relationnelles

02 Interroger les données

03 Filtrer

04 Agréger

05 Croiser les tables

06 Aller plus loin

07 Manipuler et modéliser

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Data, analyse, études et développement

PRÉREQUIS Être à l'aise avec la logique des données (lignes, colonnes, tableaux).



WEB ET INTERNET

WEB-HCS

Intégrer des pages web avec HTML5 et CSS3

Créez des pages web propres, responsives et accessibles, de la structure HTML à la mise en page CSS moderne.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour structurer, mettre en forme et rendre responsive des pages web en HTML5 et CSS3.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Structurer une page avec le HTML5 sémantique
- Mettre en forme une page avec CSS3 (couleurs, typographie, boîte)
- Construire une mise en page moderne avec Flexbox et Grid
- Rendre un site responsive (mobile, tablette, ordinateur)
- Intégrer une maquette graphique en page web fidèle
- Appliquer les bonnes pratiques d'accessibilité et de référencement

AU PROGRAMME

01 Le web et ses outils

02 Structurer avec HTML5

03 Mettre en forme avec CSS3

04 Mise en page moderne

05 Responsive design

06 Intégrer et finaliser

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Intégration, web et communication

PRÉREQUIS Être à l'aise avec l'usage courant d'un ordinateur et du web.



WEB ET INTERNET

WEB-JSR

JavaScript moderne et React

Construisez des interfaces web dynamiques avec React : composants, état, hooks et consommation d'API.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
5 jours, 35 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2490 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour construire une interface web dynamique avec React, de la gestion d'état à la consommation d'API.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Maîtriser les apports du JavaScript moderne (ES6+)
- Créer des composants React et les composer
- Gérer l'état et l'interactivité avec les hooks (useState, useEffect)
- Consommer une API et afficher des données dynamiques
- Mettre en place la navigation avec React Router
- Structurer, construire et déployer une application React

AU PROGRAMME

01 JavaScript moderne (ES6+)

02 Découvrir React

03 Composants et props

04 État et interactivité

05 Effets et données

06 Navigation et structure

07 Finaliser

7 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Développement front-end

PRÉREQUIS Connaître les bases de JavaScript (variables, fonctions, DOM) ou avoir suivi une formation équivalente.



WEB ET INTERNET

CYB-FON

Les fondamentaux de la cybersécurité en entreprise

Comprenez les menaces et mettez en place les mesures techniques et organisationnelles qui protègent votre organisation.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1690 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de comprendre les risques et de mettre en place des mesures de cybersécurité techniques et organisationnelles.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principes de la sécurité (confidentialité, intégrité, disponibilité)
- Identifier les menaces et les vulnérabilités d'une organisation
- Mettre en place les mesures techniques essentielles
- Définir une politique et des mesures organisationnelles
- Gérer un incident et assurer la continuité
- Situer son action dans le cadre RGPD et les recommandations de l'ANSSI

AU PROGRAMME

01 Enjeux et vocabulaire

02 Menaces et vulnérabilités

03 Se protéger : les mesures techniques

04 Se protéger : l'organisation

05 Gérer un incident

06 Cadre et conformité

6 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Informatique, direction et référents sécurité

PRÉREQUIS Disposer d'une culture informatique générale.



WEB ET INTERNET

WEB-JSF

Programmer en JavaScript : les fondamentaux

Rendez vos pages interactives : les bases du langage, la manipulation du DOM et les appels aux API.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
4 jours, 28 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1890 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour programmer en JavaScript, manipuler le DOM et consommer une API.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Maîtriser la syntaxe de base de JavaScript
- Utiliser les fonctions, objets et tableaux
- Manipuler la page web avec le DOM
- Gérer les événements et valider des formulaires
- Consommer une API avec fetch et traiter du JSON
- Appliquer les apports d'ES6 et les bonnes pratiques

AU PROGRAMME

01 Découvrir JavaScript

02 Les bases du langage

03 Fonctions et données

04 Manipuler la page (DOM)

05 Interactions

06 Vers le dynamique

07 JavaScript moderne

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Développement et intégration web

PRÉREQUIS Connaître les bases du HTML et du CSS.



WEB ET INTERNET

WEB-PYD

Python pour l'analyse de données

Manipulez, nettoyez et visualisez vos données avec pandas : la boîte à outils de l'analyste, au-delà du tableur.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
4 jours, 28 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	A partir de 1890 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour importer, nettoyer, croiser et visualiser des données avec Python et pandas, et mener une première analyse.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Mettre en place un environnement d'analyse (notebooks, bibliothèques)
- Manipuler des données avec NumPy et pandas
- Importer, nettoyer et transformer des jeux de données réels
- Agréger, croiser et joindre des tables (group by, merge)
- Visualiser les données avec matplotlib et seaborn
- Mener une première analyse et restituer ses résultats

AU PROGRAMME

01 Environnement et écosystème data

02 NumPy et manipulation de base

03 pandas : manipuler les données

04 pandas : agréger et croiser

05 Visualiser les données

06 Analyser et restituer

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Analyse, data et contrôle de gestion

PRÉREQUIS Connaître les bases de la programmation Python (variables, conditions, boucles, fonctions), ou avoir suivi une initiation.



WEB ET INTERNET

CYB-SEN

Sensibilisation à la cybersécurité

Adoptez les bons réflexes face aux cybermenaces : mots de passe, phishing, données et bonne conduite au quotidien.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 590 € HT par personne

Certification TOSA

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Donner à chaque collaborateur les réflexes essentiels pour se protéger et protéger l'entreprise face aux cybermenaces.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principales cybermenaces et pourquoi chacun est concerné
- Reconnaître une tentative de phishing ou d'arnaque
- Gérer ses mots de passe et activer la double authentification
- Protéger les données et les appareils, y compris en télétravail
- Savoir réagir et alerter en cas d'incident

AU PROGRAMME

01 Comprendre les risques

02 Les attaques courantes

03 Les bons réflexes

04 Protéger les données

05 Réagir

5 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Tous les collaborateurs

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



WEB ET INTERNET

WEB-SHO

Shopify : créer et gérer sa boutique en ligne

Lancer une boutique e-commerce complète, la remplir, la rendre visible et la piloter en autonomie, sans écrire de code.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 590 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour créer, personnaliser, alimenter et piloter une boutique en ligne professionnelle sous Shopify, sans écrire de code.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Créer et configurer une boutique Shopify (compte, offre, nom de domaine)
- Paramétrer les paiements, la livraison et les taxes conformément à la réglementation
- Choisir et personnaliser un thème, construire les pages essentielles et la navigation
- Créer et organiser son catalogue : produits, variantes, collections et stocks
- Installer et configurer des applications pour étendre les fonctionnalités de la boutique
- Optimiser le parcours client, le référencement naturel et le taux de conversion

AU PROGRAMME

01 Découverte et configuration de Shopify

02 Création et personnalisation de la boutique

03 Gestion du catalogue et des fonctionnalités

04 Visibilité, marketing et conversions

05 Analyse et gestion de la boutique

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Commerçants, indépendants, salariés e-commerce et porteurs de projet

PRÉREQUIS Maîtriser les bases de l'utilisation d'un ordinateur et de la navigation sur Internet.



WEB ET INTERNET

WEB-GIT

Versionner son code avec Git et GitHub

Ne perdez plus jamais votre travail et collaborez sereinement : Git, les branches et le travail en équipe sur GitHub.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant autonome pour versionner son travail avec Git et collaborer efficacement sur GitHub.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principes du versioning
- Maîtriser les commandes de base de Git (commit, log, status)
- Travailler avec des branches et les fusionner
- Comprendre et résoudre les conflits
- Collaborer sur GitHub (push, pull, pull requests)
- Adopter de bonnes pratiques et un workflow d'équipe

AU PROGRAMME

01 Pourquoi versionner

02 Le dépôt local

03 Les branches

04 Gérer les conflits

05 Travailler avec GitHub

06 Collaborer

07 Bonnes pratiques

7 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Développement et équipes techniques

PRÉREQUIS Développer un minimum, dans n'importe quel langage.

DOMAINE 07 SUR 9

Management

07

Encadrer, transmettre et faire grandir ses équipes.

7 FORMATIONS

Animer des ateliers collaboratifs	2 jours, 14 heures	**p.83**
Devenir Product Owner	3 jours, 21 heures	**p.84**
Management et Leadership	3 jours, 21 heures	**p.85**
Piloter un projet : les fondamentaux	3 jours, 21 heures	**p.86**
RGPD : mettre son organisation en conformité	2 jours, 14 heures	**p.87**
Travailler en mode Agile avec Scrum	2 jours, 14 heures	**p.88**
Tutorat	2 jours, 14 heures	**p.89**



MANAGEMENT

PRO-FAC

Animer des ateliers collaboratifs

Concevez et animez des ateliers qui produisent des résultats : bonnes techniques, dynamique de groupe et décisions.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de concevoir et d'animer des ateliers collaboratifs produisant des décisions.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre la posture et le rôle du facilitateur
- Préparer un atelier (objectif, format, déroulé)
- Choisir et animer les bonnes techniques collaboratives
- Gérer la dynamique et l'énergie du groupe
- Aboutir à des décisions et un plan d'action
- Assurer le suivi d'un atelier

AU PROGRAMME

01 Les fondamentaux de la facilitation

02 Préparer un atelier

03 Les techniques

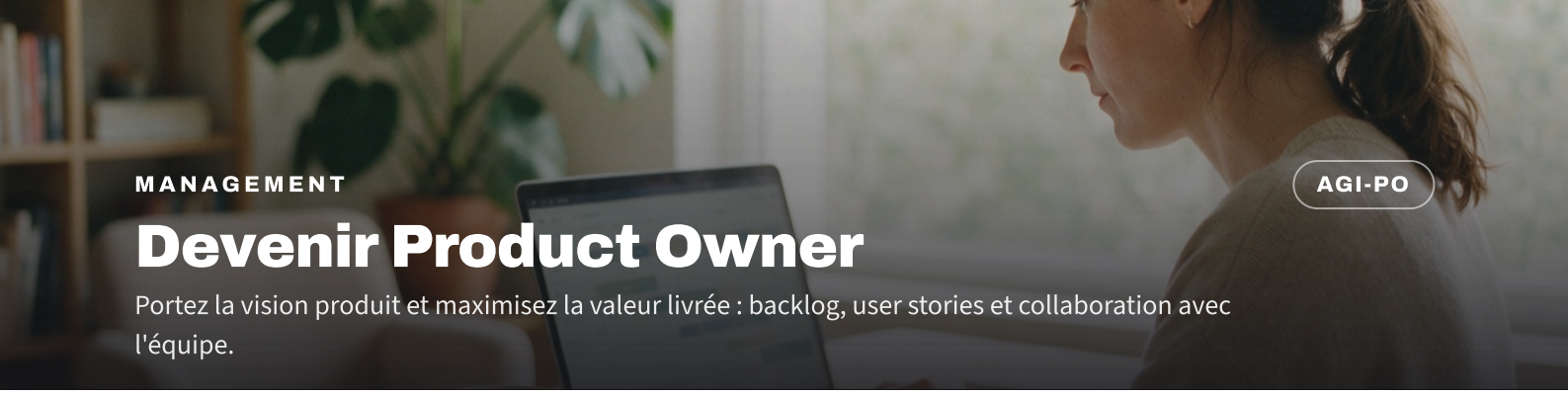
04 Animer

05 Conclure

5 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Managers, chefs de projet, RH et innovation

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



MANAGEMENT

AGI-PO

Devenir Product Owner

Portez la vision produit et maximisez la valeur livrée : backlog, user stories et collaboration avec l'équipe.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1690 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de tenir le rôle de Product Owner : vision, backlog, user stories et collaboration.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le rôle et la posture du Product Owner
- Définir et porter une vision produit
- Construire, affiner et prioriser le backlog
- Rédiger des user stories et leurs critères d'acceptation
- Collaborer avec l'équipe et les parties prenantes
- Mesurer la valeur et faire évoluer le produit

AU PROGRAMME

01 Le rôle de Product Owner

02 La vision produit

03 Le backlog

04 Les user stories

05 Collaborer

06 Mesurer et améliorer

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Product Owners, chefs de produit et métiers agiles

PRÉREQUIS Connaître les bases de l'agilité et de Scrum, ou avoir suivi une formation équivalente.

MANAGEMENT

MGT-LEA

Management et Leadership

Cadrer, déléguer, adapter son management et créer la cohésion de son équipe.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 2 100 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Permettre au manager de proximité de structurer sa posture, d'animer son équipe au quotidien et d'obtenir une performance collective durable.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Adopter une posture managériale claire et affirmer sa légitimité
- Identifier son style de management et l'adapter au profil de chaque collaborateur
- Fixer des objectifs SMART et suivre l'activité de l'équipe
- Communiquer efficacement pour coordonner et responsabiliser
- Déléguer et développer l'autonomie des collaborateurs
- Motiver et entretenir l'engagement individuel et collectif

AU PROGRAMME

01 Posture et rôle du manager

02 Styles de management

03 Fixer des objectifs et organiser

04 Motiver et déléguer

05 Communication et entretiens

06 Gérer les situations difficiles

6 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Managers de proximité, chefs d'équipe, responsables de service et chefs de projet

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



MANAGEMENT

PRO-FON

Piloter un projet : les fondamentaux

Cadrez, planifiez, pilotez et clôturez vos projets avec méthode : des objectifs aux livrables, en maîtrisant risques et budget.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
3 jours, 21 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de cadrer, planifier, piloter et clôturer un projet avec méthode.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre le cycle de vie et les acteurs d'un projet
- Cadrer un projet : objectifs, périmètre, parties prenantes
- Planifier : découpage, planning, ressources et budget
- Piloter l'avancement et gérer les risques
- Communiquer et animer les parties prenantes
- Clôturer et capitaliser

AU PROGRAMME

01 Comprendre un projet
02 Cadrer
03 Planifier
04 Piloter
05 Communiquer et animer
06 Clôturer

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Chefs de projet, managers et équipes

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



MANAGEMENT

RGP-CON

RGPD : mettre son organisation en conformité

Maîtrisez le RGPD et pilotez concrètement la conformité : registre, droits des personnes, sécurité et plan d'action.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de mettre et de maintenir son organisation en conformité avec le RGPD.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les principes et les acteurs du RGPD
- Recenser et cartographier les traitements de données
- Tenir le registre des traitements et informer les personnes
- Gérer les droits des personnes (accès, effacement, etc.)
- Mettre en place les mesures de sécurité et gérer les violations
- Piloter la conformité et le rôle du DPO

AU PROGRAMME

01 Comprendre le RGPD

02 Cartographier

03 Registre et information

04 Droits des personnes

05 Sécurité et violations

06 Piloter la conformité

6 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Direction, RH, juridique, marketing et informatique

PRÉREQUIS Aucun prérequis juridique.



MANAGEMENT

AGI-SCR

Travailler en mode Agile avec Scrum

Comprenez l'agilité et le cadre Scrum : rôles, événements et artefacts, pour livrer mieux et plus vite en équipe.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 490 € HT par personne

Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Rendre le participant capable de comprendre l'agilité et de travailler efficacement dans un cadre Scrum.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Comprendre les valeurs et les principes de l'agilité
- Maîtriser le cadre Scrum : rôles, événements, artefacts
- Comprendre le rôle de chacun (PO, Scrum Master, équipe)
- Animer les événements d'un sprint
- Gérer le backlog et la definition of done
- Éviter les pièges courants de la mise en œuvre

AU PROGRAMME

01 L'agilité

02 Le cadre Scrum

03 Les événements

04 Les artefacts

05 Mettre en pratique

5 séquences . 1 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Équipes projet, managers et futurs Scrum Masters

PRÉREQUIS Aucun prérequis.

MANAGEMENT

MGT-TUT

Tutorat

Accueillir, transmettre et évaluer : réussir sa mission de tuteur en entreprise.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 590 € HT par personne

OBJECTIF DE LA FORMATION

Outiller le tuteur pour accueillir, accompagner et faire monter en compétences un alternant ou un nouvel arrivant, tout en sécurisant le cadre de sa mission.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer son rôle, ses missions et le cadre du tutorat
- Accueillir et intégrer l'alternant sans discrimination
- Identifier les compétences à transmettre et construire un parcours terrain
- Aménager des situations de travail apprenantes et progressives
- Transmettre savoirs et savoir-faire avec une vraie stratégie pédagogique
- Conduire les entretiens clés (accueil, suivi, bilan) et donner un feedback constructif

AU PROGRAMME

01 Situer le rôle du tuteur

02 Organiser l'accompagnement

03 Transmettre et faire apprendre

04 Communiquer et donner du feedback

05 Évaluer et capitaliser

5 séquences . 3 ateliers pratiques . évaluation et attestation

PUBLIC Tuteurs, maîtres d'apprentissage, référents et formateurs de terrain

PRÉREQUIS Aucun prérequis.

DOMAINE 08 SUR 9

Hygiène alimentaire

Satisfaire aux obligations réglementaires en hygiène et sécurité alimentaire, de la méthode HACCP aux bonnes pratiques en cuisine.

7 FORMATIONS

GBPH et qualité alimentaire	2 jours, 14 heures	**p.91**
Gestion et encadrement des équipes (fondamentaux et expertises)	2 jours, 14 heures	**p.92**
Hygiène alimentaire en établissement de restauration commerciale	2 jours, 14 heures	**p.93**
Les allergènes	2 jours, 14 heures	**p.94**
Lutte contre le gaspillage alimentaire et gestion durable des biodéchets	1 jour, 7 heures	**p.95**
Mettre en place le Plan de Maîtrise Sanitaire (PMS)	2 jours, 14 heures	**p.96**
Sécurité des aliments (HACCP)	2 jours, 14 heures	**p.97**



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-GBPH

GBPH et qualité alimentaire

Appliquer le guide de bonnes pratiques d'hygiène de son secteur, poste par poste.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Identifier les principes de la réglementation en vigueur
- Comprendre les obligations de résultats et de moyens
- Savoir utiliser le GBPH de son secteur d'activité
- Appliquer les bonnes pratiques d'hygiène (BPH) poste par poste
- Identifier les sources de contamination et les dangers (biologiques, chimiques, physiques, allergènes)

AU PROGRAMME

01 Réglementation en vigueur

02 Hygiène et formation du personnel

03 Nettoyage et désinfection

04 Aménagement des locaux et choix du matériel

05 Utilisation des matières premières et des matériaux

06 Transport, déstockage, conditionnement, assemblage et service

07 Évaluation finale et conclusion

évaluation et attestation

PUBLIC Exploitants de café-restaurants et personnel de cuisine

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-MGT

Gestion et encadrement des équipes (fondamentaux et expertises)

Manager et encadrer son équipe en restauration.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Se situer dans sa mission de manager (rôles, besoins, style)
- Intégrer le processus du management et définir des objectifs (méthode SMART)
- Se positionner dans son rôle : leadership et assertivité
- Développer des comportements et une communication efficaces
- Pratiquer le management situationnel, la délégation et le contrôle (méthode DESC)

AU PROGRAMME

01 **Se situer dans sa mission de manager**

02 **Adopter des pratiques managériales adaptées**

évaluation et attestation

PUBLIC Managers, chefs d'équipe et responsables, notamment en restauration

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-RC

Hygiène alimentaire en établissement de restauration commerciale

Formation spécifique obligatoire encadrée par l'arrêté du 12 février 2024.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer l'importance de l'hygiène alimentaire dans la restauration et les obligations légales
- Connaître le cadre législatif et les normes d'hygiène applicables
- Identifier les dangers alimentaires (biologiques, chimiques, physiques) et évaluer les risques
- Appliquer les bonnes pratiques d'hygiène en cuisine : nettoyage, désinfection, manipulation et stockage
- Mettre en place la gestion des risques et la traçabilité
- Élaborer un plan d'hygiène adapté à l'établissement et en assurer le suivi

PUBLIC Personnels des établissements de restauration commerciale Exploitants, gérants et créateurs de restaurant Toute personne devant justifier de la...

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-ALL

Les allergènes

Intégrer la gestion des 14 allergènes dans son établissement de restauration commerciale.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Intégrer les fondamentaux de la gestion des allergènes dans son établissement
- Prendre en compte l'environnement légal concernant la gestion des allergènes dans son établissement
- Adapter les pratiques dans son établissement de restauration commerciale

AU PROGRAMME

01 Fondamentaux et cadre légal

02 Adapter ses pratiques

évaluation et attestation

PUBLIC Personnels et responsables des établissements de restauration commerciale

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-GAS

Lutte contre le gaspillage alimentaire et gestion durable des biodéchets

En restauration collective.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
1 jour, 7 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Rappeler les obligations et la réglementation en vigueur (EGALIM)
- Reconnaître les différents dangers des métiers de bouche
- Identifier les bactéries pathogènes et les conditions de leur développement (5 M)
- Se référer au GBPH et organiser la traçabilité et l'archivage
- Appliquer la réglementation des allergènes (INCO) et constituer un book allergènes

AU PROGRAMME

01 Réglementation et dangers

02 Maîtrise et traçabilité

03 Allergènes

évaluation et attestation

PUBLIC Acteurs de la restauration collective, responsables et chefs cuisiniers

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-PMS

Mettre en place le Plan de Maîtrise Sanitaire (PMS)

Construire, piloter et vérifier le PMS de son établissement.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Identifier les contraintes liées au fonctionnement de l'établissement
- Connaître le contenu du PMS et savoir utiliser le GBPH du secteur
- Mettre en œuvre le PMS (procédures, enregistrements, traçabilité, archivage)
- Contrôler la mise en œuvre et l'efficacité du PMS
- Gérer les non-conformités et établir un audit interne

AU PROGRAMME

01 Identifier les contraintes de l'établissement

02 Connaître le contenu du PMS

03 Mettre en œuvre le PMS

04 Contrôler la mise en œuvre du PMS

05 Évaluation finale et conclusion

évaluation et attestation

PUBLIC Exploitants de café-restaurants et personnel de cuisine

PRÉREQUIS Aucun prérequis.



HYGIÈNE ALIMENTAIRE

HYG-SEC

Sécurité des aliments (HACCP)

Aborder les normes en vigueur, la méthode et les outils HACCP.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
2 jours, 14 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Dans vos locaux, à distance	Sur devis, dans vos locaux

Nouveau

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Connaître les normes d'hygiène
- Analyser les dangers liés aux produits alimentaires bruts et transformés
- Mettre en œuvre des pratiques sécurisées

AU PROGRAMME

01 Jour 1 · Introduction et fondamentaux

02 Jour 2 · Procédures, HACCP et enregistrements

évaluation et attestation

PUBLIC Cuisinants, gérants de restauration et de restauration de collectivité

PRÉREQUIS Aucun prérequis.

DOMAINE 09 SUR 9

Langues

09

Progresser en anglais professionnel et valider son niveau sur une échelle reconnue.

5 FORMATIONS

Allemand	CPF . Certifiante	20 heures	p.99
Anglais	CPF . Certifiante	20 heures	p.100
Espagnol	CPF . Certifiante	20 heures	p.101
Français langue étrangère (FLE)	CPF . Certifiante	20 heures	p.102
Italien	CPF . Certifiante	20 heures	p.103



LANGUES

LAN-ALL

Allemand

Comprendre, parler et écrire en allemand en situation professionnelle, du niveau A1 à l'aisance en réunion.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
20 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, À distance, à distance	À partir de 1 650 € HT pour le parcours certifiant de 20 h

Éligible CPF · Communiquer en allemand dans un contexte professionnel - LEVELTEL (RS6429) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire progresser le participant à l'oral et à l'écrit professionnels en allemand, sur l'échelle CECRL, jusqu'à une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer et faire progresser son niveau selon le CECRL (A1 à C1)
- Communiquer avec aisance en allemand dans des situations professionnelles variées
- Structurer et présenter clairement un projet, un produit ou une information
- Rédiger des écrits professionnels adaptés au destinataire (e-mails, comptes rendus, notes)
- Développer un vocabulaire opérationnel et sectoriel
- Interagir, argumenter et négocier avec confiance en réunion

AU PROGRAMME

01 Positionnement et remise à niveau

02 Prise de parole et fluidité

03 Compréhension orale professionnelle

04 Présenter et argumenter

05 Écrits professionnels

06 Négociation et préparation à la certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Collaborateurs, cadres, managers et chefs de projet en contexte international

PRÉREQUIS Test de positionnement CECRL préalable : le niveau visé et le groupe en découlent.

LANGUES

LAN-ANG

Anglais

Comprendre, parler et écrire en situation professionnelle, du niveau A1 à l'aisance en réunion.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
20 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, Paris, Lille, à distance	À partir de 1 650 € HT pour le parcours certifiant de 20 h

Éligible CPF

Test d'anglais professionnel - LEVELTEL (RS7399)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire progresser le participant à l'oral et à l'écrit professionnels en anglais, sur l'échelle CECRL, jusqu'à une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer et faire progresser son niveau selon le CECRL (A1 à C1)
- Communiquer avec aisance dans des situations professionnelles variées
- Structurer et présenter clairement un projet, un produit ou une information
- Rédiger des écrits professionnels adaptés au destinataire (e-mails, comptes rendus, notes)
- Développer un vocabulaire opérationnel et sectoriel
- Interagir, argumenter et négocier avec confiance en réunion

AU PROGRAMME

01 Positionnement et remise à niveau

02 Prise de parole et fluidité

03 Compréhension orale professionnelle

04 Présenter et argumenter

05 Écrits professionnels

06 Négociation et préparation à la certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Collaborateurs, cadres, managers et chefs de projet en contexte international

PRÉREQUIS Test de positionnement CECRL préalable : le niveau visé et le groupe en découlent.



LANGUES

LAN-ESP

Espagnol

Comprendre, parler et écrire en espagnol en situation professionnelle, du niveau A1 à l'aisance en réunion.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
20 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, À distance, à distance	À partir de 1 650 € HT pour le parcours certifiant de 20 h

Éligible CPF | Communiquer en espagnol dans un contexte professionnel - LEVELTEL (RS6428) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire progresser le participant à l'oral et à l'écrit professionnels en espagnol, sur l'échelle CECRL, jusqu'à une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer et faire progresser son niveau selon le CECRL (A1 à C1)
- Communiquer avec aisance en espagnol dans des situations professionnelles variées
- Structurer et présenter clairement un projet, un produit ou une information
- Rédiger des écrits professionnels adaptés au destinataire (e-mails, comptes rendus, notes)
- Développer un vocabulaire opérationnel et sectoriel
- Interagir, argumenter et négocier avec confiance en réunion

AU PROGRAMME

01 Positionnement et remise à niveau

02 Prise de parole et fluidité

03 Compréhension orale professionnelle

04 Présenter et argumenter

05 Écrits professionnels

06 Négociation et préparation à la certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Collaborateurs, cadres, managers et chefs de projet en contexte international

PRÉREQUIS Test de positionnement CECRL préalable : le niveau visé et le groupe en découlent.



LANGUES

LAN-FLE

Français langue étrangère (FLE)

Comprendre, parler et écrire en français en situation professionnelle, du niveau A1 à l'aisance en réunion.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
20 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, À distance, à distance	À partir de 1 650 € HT pour le parcours certifiant de 20 h

Éligible CPF | Communiquer en français dans un contexte professionnel - LEVELTEL (RS6427) | Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire progresser le participant à l'oral et à l'écrit professionnels en français, sur l'échelle CECRL, jusqu'à une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer et faire progresser son niveau de français selon le CECRL (A1 à C1)
- Communiquer avec aisance en français dans des situations professionnelles variées
- Comprendre ses interlocuteurs en réunion, au téléphone et en visioconférence
- Rédiger des écrits professionnels adaptés au destinataire (e-mails, comptes rendus, notes)
- Développer un vocabulaire opérationnel et sectoriel
- Interagir, argumenter et gagner en autonomie dans son poste

AU PROGRAMME

01 Positionnement et remise à niveau

02 Prise de parole et fluidité

03 Compréhension orale professionnelle

04 Présenter et échanger

05 Écrits professionnels

06 Interaction et préparation à la certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Collaborateurs, cadres et managers non francophones travaillant en France

PRÉREQUIS Test de positionnement CECRL préalable : le niveau visé et le groupe en découlent.



LANGUES

LAN-ITA

Italien

Comprendre, parler et écrire en italien en situation professionnelle, du niveau A1 à l'aisance en réunion.

DURÉE	EFFECTIF	LIEUX	TARIF
20 heures	6 max en inter, 4 à 20 en intra	Cholet, À distance, à distance	À partir de 1 650 € HT pour le parcours certifiant de 20 h

Éligible CPF · Communiquer en italien dans un contexte professionnel - LEVELTEL (RS6426) · Nouveau

OBJECTIF DE LA FORMATION

Faire progresser le participant à l'oral et à l'écrit professionnels en italien, sur l'échelle CECRL, jusqu'à une certification reconnue.

À L'ISSUE, VOUS SEREZ CAPABLE DE

- Situer et faire progresser son niveau selon le CECRL (A1 à C1)
- Communiquer avec aisance en italien dans des situations professionnelles variées
- Structurer et présenter clairement un projet, un produit ou une information
- Rédiger des écrits professionnels adaptés au destinataire (e-mails, comptes rendus, notes)
- Développer un vocabulaire opérationnel et sectoriel
- Interagir, argumenter et négocier avec confiance en réunion

AU PROGRAMME

01 Positionnement et remise à niveau

02 Prise de parole et fluidité

03 Compréhension orale professionnelle

04 Présenter et argumenter

05 Écrits professionnels

06 Négociation et préparation à la certification

6 séquences . 2 ateliers pratiques . évaluation et attestation . préparation à la certification

PUBLIC Collaborateurs, cadres, managers et chefs de projet en contexte international

PRÉREQUIS Test de positionnement CECRL préalable : le niveau visé et le groupe en découlent.

À DISTANCE

Le e-learning, prolongement de nos formations en présentiel.

Nos formations se construisent en présentiel, avec un formateur. Le e-learning vient en appui : il prépare la session, prolonge la pratique entre deux journées, ou permet de revenir sur une notion après coup. Séquences vidéo courtes, exercices et évaluations notées, avec le temps de connexion et les résultats enregistrés, de quoi justifier la réalisation auprès du financeur.

67	321 h	200	24/7
parcours en ligne	de vidéo	modules	accessibles

COMMENT ÇA SE PASSE

1 Nous construisons la formation
Objectifs, public, durée, et le financement s'il y a lieu.

2 Nous choisissons les modules à distance
Ceux qui préparent la session ou prolongent la pratique.

3 Les accès s'ouvrent
Identifiants nominatifs, temps de connexion et résultats suivis.

Toujours adossé à un programme. Ces parcours ne se vendent pas à l'unité en ligne : ils accompagnent une formation construite avec vous, en inter, en intra ou sur mesure. La sélection ci-après couvre 67 parcours répartis en 6 rayons ; notre bibliothèque dépasse 150 sujets.

LES 6 RAYONS DISPONIBLES EN LIGNE

Anglais
11 PARCOURS

Bureautique
13 PARCOURS

Commercial et marketing
15 PARCOURS

Communication entreprise
8 PARCOURS

Data et IA
7 PARCOURS

Web, code et no-code
13 PARCOURS

E-LEARNING À DISTANCE

Les parcours en ligne

En appui de votre formation en présentiel. 67 parcours, 6 rayons.

Anglais

11 PARCOURS

Perfectionnement professionnel et préparation aux examens (TOEIC, TOEFL, IELTS, Cambridge, Linguaskill), du débutant à l'avancé, anglais médical inclus.

ANGLAIS - Avancé (Niveau C1-C2)
9 h 10 vidéo · 5 modules · 6 éval.

Anglais - Business (Niveau C1-C2)
6 h 27 vidéo · 5 modules · 4 éval.

Anglais - Débutant (Niveau A1-A2)
16 h 30 vidéo · 6 modules · 6 éval.

Anglais intermédiaire (Niveau B1-B2)
15 h 11 vidéo · 5 modules · 6 éval.

ANGLAIS médical (A1-A2)
20 h 36 vidéo · 5 modules · 11 éval.

ANGLAIS médical (B1-B2)
19 h 54 vidéo · 3 modules · 15 éval.

Préparation à l'examen Anglais- Cambridge
2 h 09 vidéo · 2 modules

Préparation à l'examen Anglais- IELTS
1 h 55 vidéo · 2 modules

Préparation à l'examen Anglais- Linguaskill
2 h 02 vidéo · 2 modules

Préparation à l'examen Anglais- TOEFL
2 h 10 vidéo · 2 modules

Préparation à l'examen Anglais-TOEIC
1 h 53 vidéo · 2 modules

Bureautique

13 PARCOURS

Excel, Word, PowerPoint et l'écosystème Microsoft 365, de l'initiation à l'expert, avec préparation à la certification TOSA.

Créer un tableau de bord avec excel 365
1 h 46 vidéo · 1 module · 1 éval.

Découvrir OneDrive de Microsoft
53 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Découvrir Sharepoint Online de Microsoft
3 h 17 vidéo · 2 modules · 1 éval.

Excel pour Office 365 - Niveau Avancé
2 h 22 vidéo · 3 modules · 3 éval.

Excel pour Office 365 - Niveau Expert
1 h 48 vidéo · 3 modules · 3 éval.

Excel pour Office 365 : Intermédiaire (Opérationnel)
2 h 58 vidéo · 1 module · 3 éval.

Initiation au métier de Secrétaire bureautique avec Microsoft Office 365
11 h 14 vidéo · 4 modules · 5 éval.

L'essentiel de PowerPoint - version Office 365
5 h 01 vidéo · 5 modules · 6 éval.

Microsoft Planner: Gérer un projet de A à Z
46 min vidéo · 1 module · 3 éval.

Excel pour Office 365 - Niveau Débutant
3 h 25 vidéo · 4 modules · 3 éval.

Réussir sa certification TOSA Excel
1 h 53 vidéo · 2 modules

Réussir ses rapports avec Word 365
1 h 15 vidéo · 1 module · 8 éval.

Savoir utiliser les applications Microsoft Office 365 pour Windows
10 h vidéo · 5 modules · 6 éval.

Les parcours en ligne *suite*

Commercial et marketing — 15 PARCOURS

Prospection, réseaux sociaux, Google Ads, e-mailing et prise de parole, pour développer visibilité et ventes.

Construire son personal branding
1 h 21 vidéo · 2 modules · 1 éval.

Développer son personal branding avec Linkedin
1 h 21 vidéo · 3 modules · 3 éval.

Former un call center
1 h 37 vidéo · 3 modules

Générer des leads
1 h vidéo · 2 modules

Gestion des réseaux sociaux de Débutant à Expert 2022
12 h 59 vidéo · 4 modules · 4 éval.

Instagram pour les entreprises
2 h 44 vidéo · 2 modules · 3 éval.

L'essentiel de GOOGLE ADS
8 h 37 vidéo · 6 modules · 7 éval.

Le SEO et la Rédaction pour le Web
2 h 13 vidéo · 2 modules · 3 éval.

Le social selling pour les petites entreprises
51 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Le Story telling
49 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Les principes de l'Email marketing
7 h 46 vidéo · 6 modules · 7 éval.

Réussir vos présentations pour convaincre et impressionner
1 h 06 vidéo · 2 modules · 1 éval.

Réussir votre présentation virtuelle
45 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Surmonter les objections
45 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Vente et relation client
2 h 54 vidéo · 2 modules · 1 éval.

Communication entreprise — 8 PARCOURS

Prise de parole, aisance relationnelle, gestion du temps et communication interpersonnelle au travail.

Conquérir tous les publics
43 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Dynamisez vos présentations commerciales
59 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Gérez efficacement votre temps
54 min vidéo · 2 modules · 3 éval.

Les secrets du body language
49 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Maitriser les relations publiques
1 h vidéo · 2 modules · 1 éval.

Maîtrisez votre communication
56 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Parler en public
55 min vidéo · 2 modules · 1 éval.

Utiliser sa voix pour convaincre
1 h 09 vidéo · 2 modules · 1 éval.

Les parcours en ligne *suite*

Data et IA

7 PARCOURS

ChatGPT, Claude, Copilot et Power BI : exploiter l'IA générative et la data dans son quotidien professionnel.

Claude.ai : de la découverte à l'autonomie
1 h 32 vidéo · 1 module · 4 éval.

Copilot pour Microsoft 365
1 h 56 vidéo · 1 module · 5 éval.

Familiarisez-vous avec les fonctionnalités de ChatGPT
4 h 47 vidéo · 6 modules · 4 éval.

La Cybersécurité en entreprise
34 min vidéo · 2 modules · 2 éval.

Maîtrisez le Prompt engineering avec ChatGPT
4 h 36 vidéo · 5 modules · 2 éval.

Maîtrisez les fondations de GPT
2 h 47 vidéo · 5 modules · 6 éval.

Power BI : de débutant à expérimenté
3 h 43 vidéo · 4 modules · 3 éval.

Web, code et no-code

13 PARCOURS

Du site WordPress au développement (Python, C#, HTML, CSS, React) et à l'automatisation no-code.

A la découverte de Linux
4 h 21 vidéo · 3 modules

Bootstrap 5.X
8 h 27 vidéo · 3 modules

Créez des sites intéractifs avec React et Redux
3 h 45 vidéo · 5 modules · 4 éval.

Devenir un développeur C#
17 h 21 vidéo · 4 modules · 5 éval.

Devenir un développeur Python
12 h 21 vidéo · 4 modules · 5 éval.

Formation WooCommerce
3 h 10 vidéo · 3 modules · 4 éval.

HTML5 et CSS3 de Débutant à Expert
14 h vidéo · 4 modules · 5 éval.

JavaScript - les fondamentaux
7 h 04 vidéo · 6 modules · 9 éval.

L'essentiel de Wordpress 5
8 h 51 vidéo · 5 modules · 6 éval.

Les bases de l'informatique
6 h 04 vidéo · 2 modules · 6 éval.

Make.com – Les fondamentaux de l'automatisation no-code
1 h 52 vidéo · 1 module · 3 éval.

Microsoft Loop: Créez votre QG digital
1 h 02 vidéo · 1 module · 9 éval.

Wordpress 6.X et Woocommerce 9.X
13 h 35 vidéo · 4 modules · 3 éval.

FINANCEMENTS

Plusieurs voies pour financer votre formation.

La plupart de nos formations sont finançables. Selon votre situation, salarié, indépendant, entreprise ou demandeur d'emploi, plusieurs dispositifs se combinent. Nous vous aidons à identifier la meilleure option et à monter le dossier.

CPF

Mon Compte Formation

Pour les formations certifiantes (TOSA notamment). Mobilisez vos droits, en complément d'un autre financement si besoin.

OPCO

Opérateurs de compétences

Prise en charge par votre branche professionnelle, pour les salariés. Nous fournissons les pièces nécessaires au dossier.

Plan

Plan de développement

La formation est financée directement par l'entreprise, dans le cadre de son plan de développement des compétences.

AIF

France Travail

Aide individuelle à la formation pour les demandeurs d'emploi, sur validation de votre conseiller.

Un doute sur votre financement ? Appelez-nous au 02 41 16 53 29 ou écrivez à contact@arksos.fr. Réponse sous 24 h ouvrées.

MODALITÉS PRATIQUES

Tout ce qu'il faut savoir avant de commencer.

Accessibilité et handicap

Nos formations sont ouvertes à tous. Notre référent handicap, Eric Prébin, étudie chaque situation en amont pour adapter les modalités, les supports et le rythme. Contact : 02 41 16 53 29, contact@arksos.fr.

Délais d'accès

Le délai est fixé d'un commun accord lors du premier entretien, selon les disponibilités. En formation individuelle, les entrées et sorties sont permanentes.

Modalités d'inscription

Demande via le site, par téléphone ou par e-mail. Un entretien préalable précise vos attentes et votre niveau, puis une convention ou un contrat est établi.

Évaluation et suivi

Auto-positionnement en ouverture, évaluations formatives tout au long du parcours, évaluation des acquis en clôture. Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.

Lieux

Centres de Cholet, Paris et Lille, classe à distance, ou dans vos locaux partout en France. Salles équipées, un poste par stagiaire.

Médiation

En cas de difficulté, un médiateur de la consommation peut être saisi (CM2C (cm2c.net)).

INFORMATIONS LÉGALES

Mentions légales et conditions générales.

Mentions légales

Arksos Formation, société par actions simplifiée. Siège social : 37, rue Mondement - 49300 Cholet. SIRET 993 302 736 00026. Code APE 8559A. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 52 49 05191 49 (Pays de la Loire) auprès du préfet de région (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État). Organisme certifié Qualiopi n° 25FOR02074.1, délivré par QUALITIA Certification au titre des actions de formation, valable du 13/01/2026 au 12/01/2029. Directeur de la publication : Eric Prébin. Contact : 02 41 16 53 29, contact@arksos.fr.

Conditions générales de vente (extrait)

Inscription

Toute inscription donne lieu à une convention de formation (professionnels) ou un contrat (particuliers), signée avant le début de la formation.

Règlement

À réception de facture. En cas de prise en charge par un tiers (OPCO, CPF, France Travail), le règlement est subordonné à l'accord de financement ; à défaut, le client reste redevable.

Propriété intellectuelle

Les supports pédagogiques restent la propriété d'Arksos Formation ; ils sont remis pour un usage strictement personnel et ne peuvent être reproduits ni diffusés.

Prix et TVA

Tarifs en euros, nets de taxe : la TVA n'est pas applicable aux actions de formation professionnelle (article 261-4-4° a du CGI). Le prix comprend l'animation, les supports et, le cas échéant, le passage de la certification.

Rétractation et annulation

Pour un particulier, délai légal de rétractation de 14 jours à la signature du contrat (règles propres au CPF sur Mon Compte Formation). Report ou annulation : selon les conditions et préavis précisés dans nos CGV complètes.

Réclamations et médiation

Toute réclamation peut être adressée à contact@arksos.fr. À défaut de solution, le client consommateur peut saisir gratuitement le médiateur de la consommation CM2C (cm2c.net).

Accessibilité et handicap

Nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap. Notre référent handicap, Eric Prébin (02 41 16 53 29, contact@arksos.fr), étudie chaque situation en amont pour adapter les modalités, les supports et le rythme, et oriente si besoin vers nos partenaires spécialisés.

Données personnelles

Les données recueillies servent à gérer la relation de formation (inscription, convocation, facturation, suivi, obligations légales). Elles sont conservées pour la durée légale puis supprimées. Conformément au RGPD, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement et d'opposition en écrivant à contact@arksos.fr. Politique de confidentialité complète sur arksos.fr.

Document d'information non contractuel. Conditions générales de vente complètes, politique de confidentialité et certificat Qualiopi disponibles sur arksos.fr et communiqués sur simple demande.

ARKSOS formation

Monter en compétences, pour de vrai.

ADRESSE
37, rue Mondement - 49300 Cholet

TÉLÉPHONE
02 41 16 53 29

E-MAIL
contact@arksos.fr

SITE
arksos.fr

HORAIRES
du lundi au vendredi, 9h00 à 12h30 et 14h00 à 17h00

ZONE
Cholet, Paris, Lille et toute la France

NOTRE DÉMARCHE QUALITÉ

Qualiopi processus certifié

NOS CERTIFICATEURS

TOSA Centre Agréé · LEVELTEL · alternative Digitale

Arksos Formation . SIRET 993 302 736 00026 . Déclaration d'activité 52 49 05191 49 (Pays de la Loire) . Certificat Qualiopi n° 25FOR02074.1 délivré par QUALITIA Certification, valable du 13/01/2026 au 12/01/2029. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. Catalogue 2027, mis à jour le 20 novembre 2026.