Formations 1er semestre 2024

Centre de Gestion Interprofessionnel Agrée de la Manche

Au CGIAM les formations sont gratuites pour vous, votre conjoint, vos collaborateurs: participez !

Pour des raisons d'organisation et pour nous permettre de maintenir les formations,

Votre inscription doit nous parvenir au plus tard 15 jours avant la date

Vous recevrez la confirmation de votre participation 8 jours avant la formation.

www.cgiam.fr

Siège Social: 155, rue des Coutures - ZAC de la Croix Carrée - 50180 AGNEAUX / Adresse Postale: CS 76509 - 50009 SAINT-LÔ CEDEX
Tél. : 02 . 33 . 05 . 56 . 00 / Fax : 02 . 33 . 05 . 89 . 12 / Email: secretariat@cgiam.fr

Facebook pour booster mon activité – niveau 2

L' objectif de la formation

- Optimiser sa présence sur le web
- Promouvoir son activité en planifiant ses publications
- Réaliser sa publicité avec les montages vidéos et photo

Le programme

Définir ses objectifs

- Objectif de notoriété
- Objectif de développement de la communauté
- Objectif de vendre sur Facebook
- Objectif de générer des prospects

Définir un plan d'actions

- Quel budget ?
- Quelle(s) action(s) mettre en place ?
- Créer simplement et rapidement du contenu pertinent
- Mesurer l'impact de votre empreinte sur vos followers

Comment communiquer sur Facebook ?

- Optimisation de la page
- Qu'est-ce qu'une bonne publication ?
- Les mauvais réflexes à éviter
- Les outils de promotion

Matériel

- Mise à disposition d'un ordinateur
- Disposer sur une clé USB des photos de l'activité, du logo et de l'historique de l'entreprise

Reportée au lundi 8 avril 2024 à Coutances

~~Mardi 13 février 2024 à Coutances~~

de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)

avec Mme Lucie MERCIER « Maîtrise et Avenir » dans les locaux du CEFAM

participation de 20€ /Pers.

Savoir gérer et protéger son ordinateur

L' objectif de la formation

- Améliorer son efficacité pour retrouver, classer, nettoyer et optimiser les performances de son ordinateur
- Ajouter des outils pour améliorer son travail et protéger son environnement

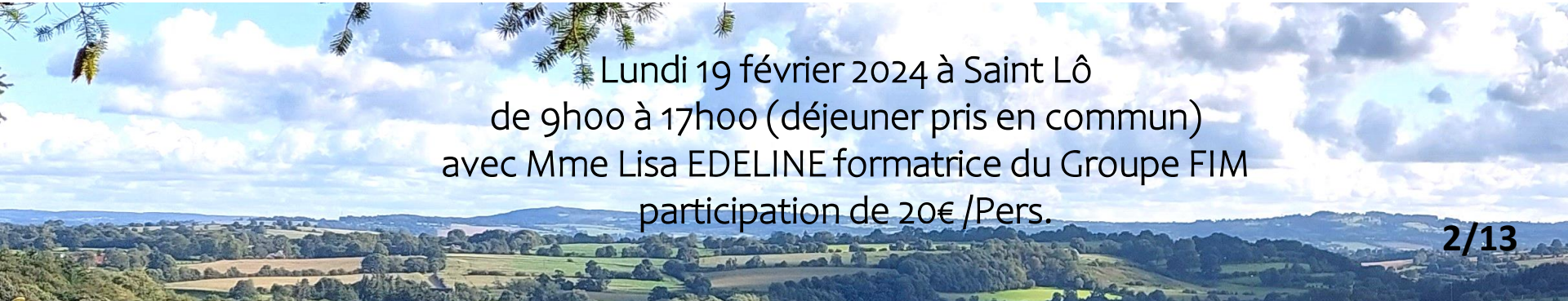
Le programme

Savoir gérer son ordinateur :

- Analyser l'existant
- Optimiser l'espace disque, entretien et mise à jour
- La compression/décompression de fichiers et pièces jointes
- L'archivage et la destruction automatique de messages
- Le nettoyage de disque
- Comment utiliser l'historique
- Installer une imprimante
- Installer un logiciel
- Connaître des programmes gratuits et pratiques

Protéger son ordinateur :

- Les données personnelles et leurs utilisations
- E-réputation
- Les antivirus, les anti-spams, l'intrusion, le hameçonnage
- Les mots de passe, la protection des fichiers
- Les coffres-forts numériques
- Protection de compte
- Découverte de la CNIL
- Utilisation de France Connect et de l'identité numérique la poste



Lundi 19 février 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mme Lisa EDELINE formatrice du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

Prévenir les risques psychosociaux

L' objectif de la formation

- Comprendre ce que sont les risques psychosociaux
- Reconnaître les signaux d'alerte et tenir un rôle adapté dans leur prévention et leur gestion

Le programme

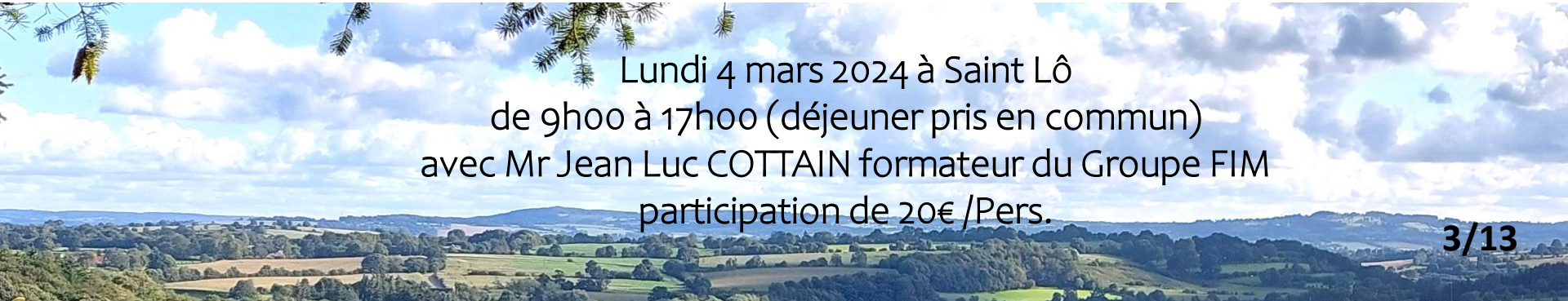
Identifier les risques psychosociaux

- Définition
- Causes et conséquences pour les individus et les organisations
- Les facteurs de risques
- Reconnaître les signaux d'alerte et identifier les modalités d'action
- Identifier les situations de stress pour agir avec efficacité

Gagner en vigilance sur son environnement

- Communiquer pour prévenir les alertes
- Identifier les bons relais institutionnels
- Créer des cellules d'écoute et de soutien individuel
- Favoriser l'expression de ses collaborateurs

Echanges sur les différentes pratiques et situations rencontrées en entreprise



Lundi 4 mars 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mr Jean Luc COTTAIN formateur du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

Excel personnalisé

L' objectif de la formation

- Utiliser Excel dans son travail quotidien

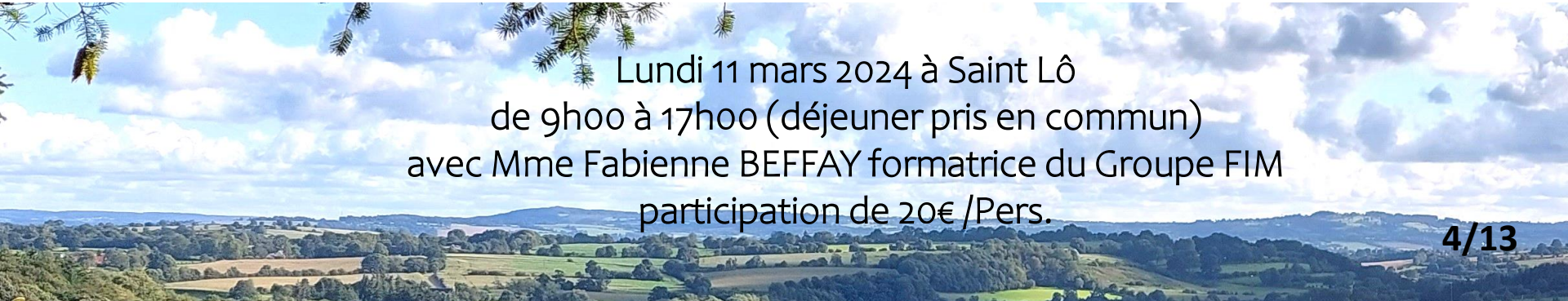
Le programme

En amont

- Un positionnement individuel (QCM) nous permet de proposer une formation adaptée à votre objectif et à votre niveau

A la suite du positionnement, un parcours de 7 h de formation sera validé avec la formatrice pour travailler un des thèmes suivants :

- Les tableaux Excel
- Les liaisons
- Les conditions
- Les graphiques
- Les bases de données
- Les tableaux croisés dynamiques



Site Internet : Gagnez en visibilité

L' objectif de la formation

- Comprendre le fonctionnement des moteurs de recherche
- Mettre en place une stratégie de référencement naturel
- Générer du trafic pour développer son activité
- Améliorer la visibilité et le positionnement de son site

Le programme

MATIN

Introduction au SEO

- Comprendre le SEO et ses facteurs de réussite
- Assimiler le fonctionnement d'un moteur de recherche
- Se mettre à jour sur l'évolution des algorithmes de Google

Comprendre l'importance du SEO dans l'architecture d'un site web

- Améliorer l'architecture d'un site et le maillage interne
- Connaître les règles d'une bonne performance organique
- Créer de bonnes URL
- Les balises importantes pour le SEO

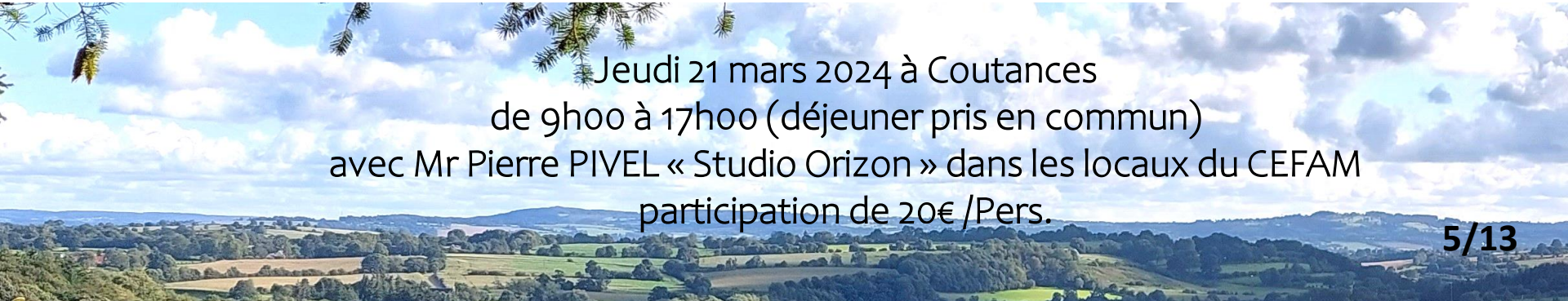
APRES MIDI

Rédiger et diffuser son contenu

- Comprendre l'utilisateur pour trouver de bonnes idées de contenu
- Optimiser la recherche utilisateur et la recherche de mots-clés
- Connaître les règles de création et de rédaction web pour le SEO

Mesurer la performance

- Acquérir les notions de base sur la mesure de performance de contenu
- S'approprier les outils de mesure indispensables



Jeudi 21 mars 2024 à Coutances
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mr Pierre PIVEL « Studio Orizon » dans les locaux du CEFAM
participation de 20€ /Pers.

Word personnalisé

L' objectif de la formation

- Utiliser Word dans son travail quotidien

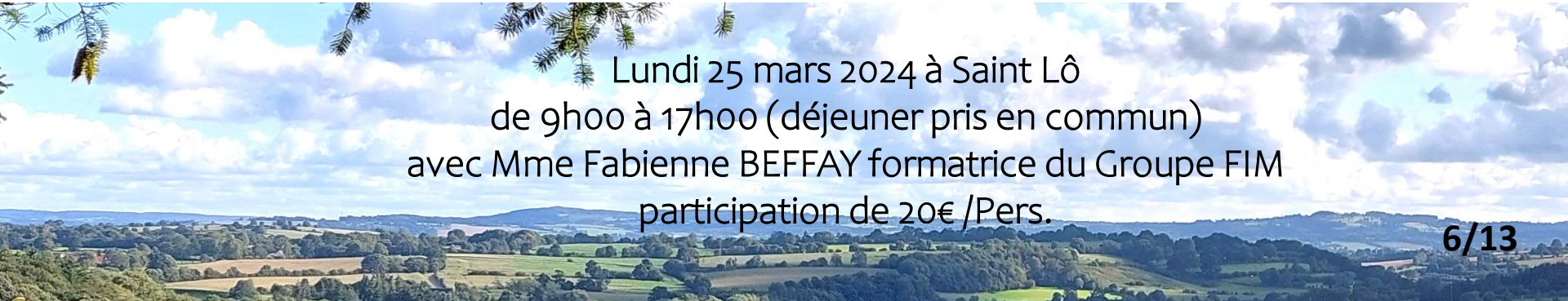
Le programme

En amont

- Un positionnement individuel (QCM) nous permet de proposer une formation adaptée à votre objectif et à votre niveau

A la suite du positionnement, un parcours de 7 h de formation sera validé avec la formatrice pour travailler un des thèmes suivants :

- Les courriers et les notes
- Les tableaux
- Les longs documents
- Le publipostage
- Les affichettes ou les plaquettes
- Les modèles / les formulaires



L'ESSENTIEL DU MANAGEMENT :
« Les fondamentaux de la communication d'équipe »

L' objectif de la formation

- s'approprier les outils essentiels du management pour dynamiser la gestion de son équipe au quotidien et développer une communication managériale efficace

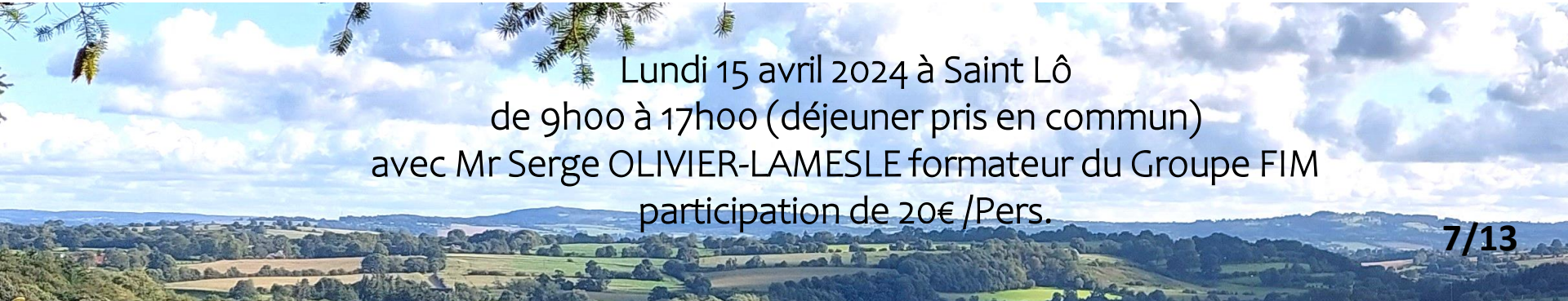
Le programme

Communiquer avec son équipe

- Comprendre les mécanismes de la communication pour mieux gérer les relations avec son équipe
- Cohésion d'équipe et esprit d'équipe
- Développer son écoute active
- Utiliser le questionnement et la reformulation
- Recentrer son message, ou l'interlocuteur
- Gérer sa façon d'être, ses attitudes

Les facteurs d'échecs et de succès de la communication

- Les perceptions, interprétations, représentations de son rôle et de celui des autres, le cadre de référence, l'environnement
- La négociation : définir le négociation et déterminer ce qui est négociable / non négociable



Lundi 15 avril 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mr Serge OLIVIER-LAMESLE formateur du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

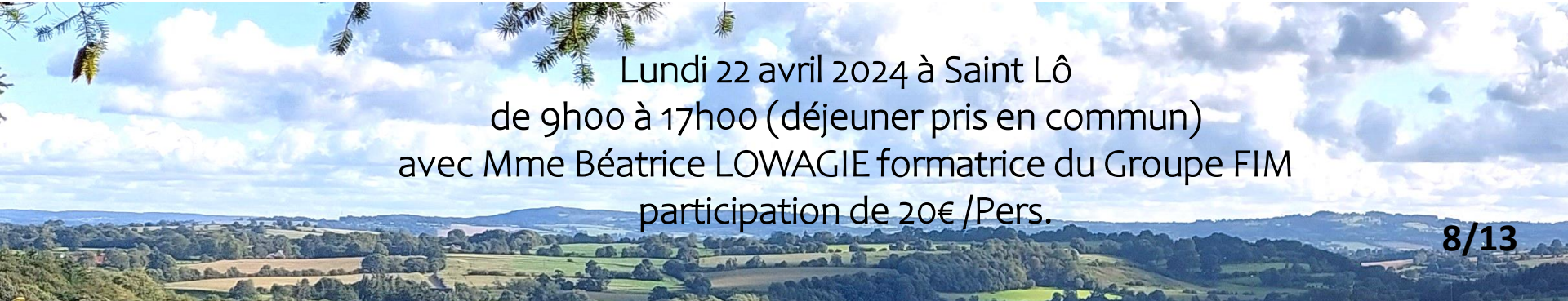
Les fondamentaux de l'accueil physique et téléphonique

L' objectif de la formation

- Acquérir les techniques de communication permettant d'améliorer l'accueil physique et téléphonique

Le programme

- Établir une communication de qualité : se présenter pour établir une connexion
- Voix, articulation, sourire, écoute, débit, silences
- Adopter une écoute active, savoir questionner, reformuler pour valider
- Renseigner
- Prendre un message précis
- Orienter
- Savoir conclure et prendre congé
- Travailler son langage
- Savoir maîtriser l'agressivité de son interlocuteur
- Faire face à l'impatience des interlocuteurs
- Maîtriser ses émotions et son stress



Lundi 22 avril 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mme Béatrice LOWAGIE formatrice du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

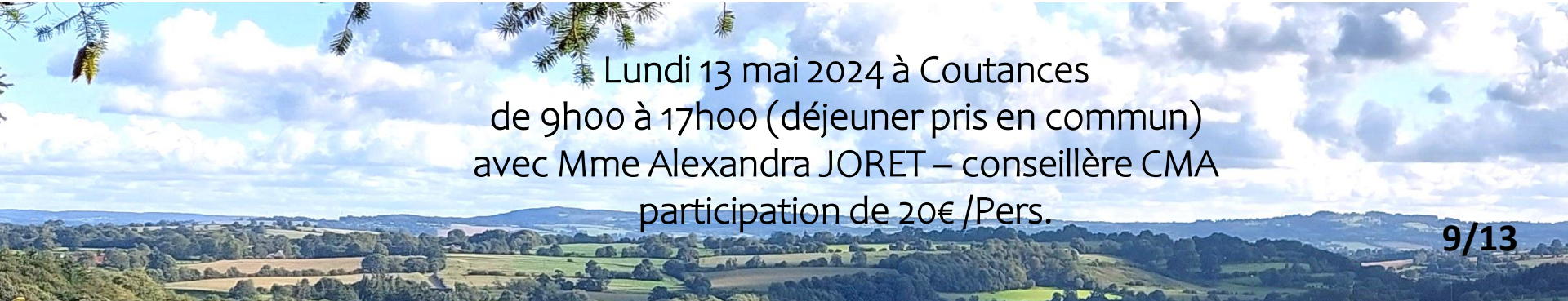
Anticiper pour réussir
la transmission de mon entreprise

L' objectif de la formation

- Préparer la transmission de l'entreprise à ses enfants, ses salariés ou à des tiers
- Organiser son patrimoine privé et professionnel
- Évaluer son fonds ou ses parts sociales
- Connaître les conséquences fiscales, sociales et juridiques d'une transmission
- Organiser la recherche d'un repreneur

Le programme

- La préparation de la transmission
- La recherche d'un repreneur
- Les différents modes de transmission : à titre gratuit, à titre onéreux, la location gérance, le crédit vendeur
- Les méthodes d'évaluation d'une entreprise artisanale
- Les modes d'accompagnement du repreneur
- Les formalités de la transmission
- Les conséquences fiscales, sociales et juridiques



Lundi 13 mai 2024 à Coutances
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mme Alexandra JORET – conseillère CMA
participation de 20€ /Pers.

Instagram pour booster mon activité – niveau 2

L' objectif de la formation

- Comprendre la communauté : analyse des statistiques
- S'approprier les formats à privilégier pour susciter l'engagement : de la présence en ligne à la production de contenus

Le programme

Contexte

- Rappel des spécificités d'Instagram

Gestion de communauté

- Typologie de l'usager d'Instagram
- Zoom sur votre communauté (statistiques)
- Mise en place d'une stratégie de publication (planning éditorial)

Créations de contenus et de publications

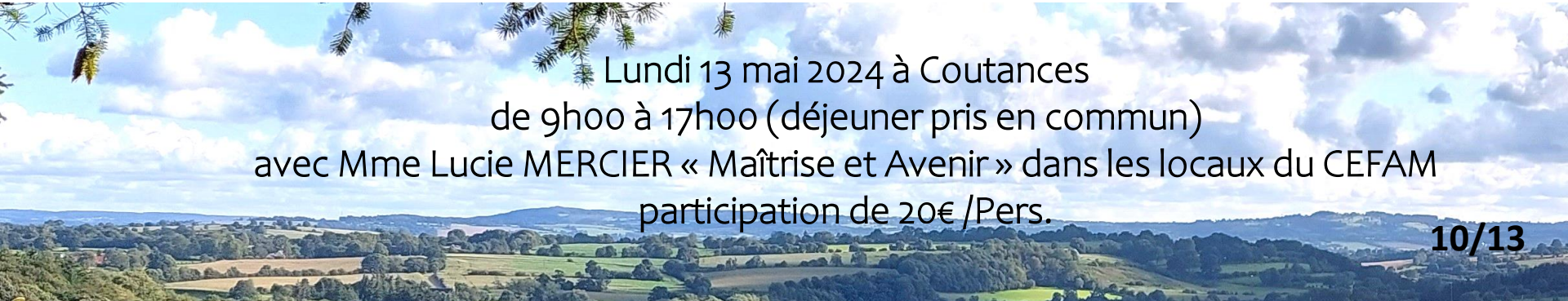
- Améliorer et développer la création de contenus vidéos et animés
- Créer des contenus engageants (selon le canal de diffusion)
- Choisir le bon format de publication : story, réels, live Insta, IGTV

Atelier pratique

- Création et publication de contenus vidéos sous forme d'un atelier de création
- Conseils et astuces pour optimiser les formats de diffusion

Matériel

- Mise à disposition d'un ordinateur
- Venir avec son smartphone pour y installer des applications et son compte professionnel Instagram



Lundi 13 mai 2024 à Coutances
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mme Lucie MERCIER « Maîtrise et Avenir » dans les locaux du CEFAM
participation de 20€ /Pers.

Développer son assertivité grâce à l'Analyse Transactionnelle

L' objectif de la formation

Développer la confiance en soi pour réagir efficacement dans des situations de la vie professionnelle

Le programme

1. Définir la théorie d'analyse transactionnelle

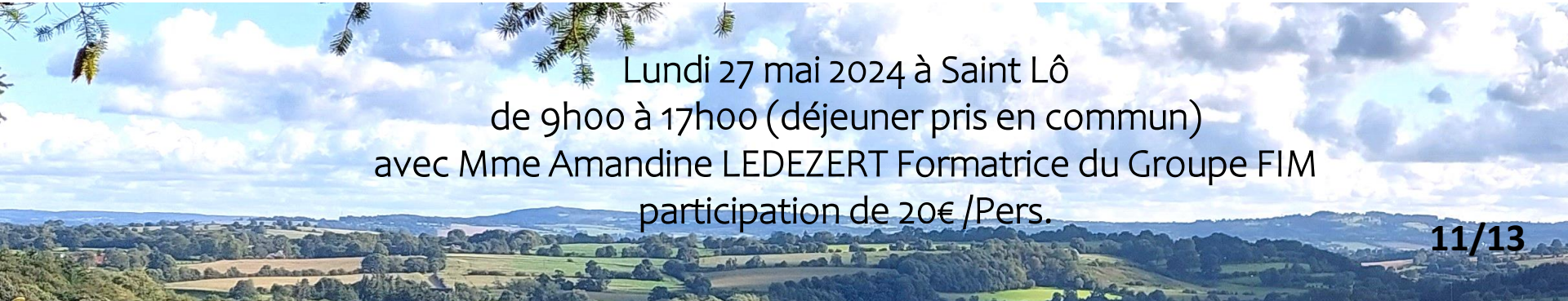
- Définition et origine de l'analyse transactionnelle
- Les principes de base de l'analyse transactionnelle
- Le but de l'analyse transactionnelle

2. Identifier les états du Moi en analyse transactionnelle

- Les trois états du Moi
- Les caractéristiques de chaque état du Moi
- Identification de nos propres états du Moi
- Fonctionnement de ces états

3. Développer son assertivité grâce à l'analyse transactionnelle

- Importance de la clarté, de l'assertivité et de l'écoute active
- Techniques et outils
- L'analyse transactionnelle pour une meilleure compréhension de soi
- L'analyse transactionnelle pour une meilleure compréhension des autres



Lundi 27 mai 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mme Amandine LEDEZERT Formatrice du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

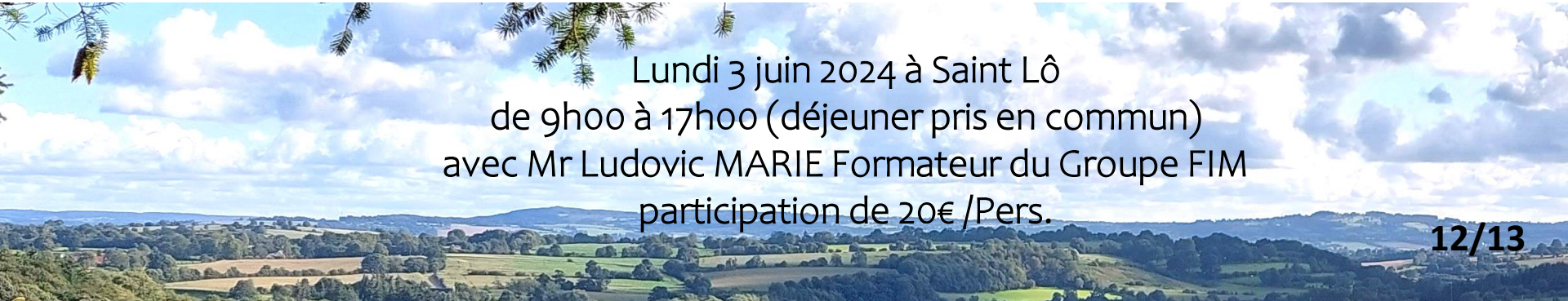
Dématérialiser ses factures

L' objectif de la formation

- Anticiper vos obligations avant la généralisation de la facture électronique !

Le programme

- Définition, enjeux et calendrier
- Les obligations légales
- Qui est concerné ?
- Les outils pour émettre, recevoir et stocker
- Le coût
- Les relances de factures dématérialisées
- Etude de cas pratiques sur un logiciel gratuit « HENRRI »



Lundi 3 juin 2024 à Saint Lô
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mr Ludovic MARIE Formateur du Groupe FIM
participation de 20€ /Pers.

Répondez efficacement aux appels d'offre

L' objectif de la formation

- Détecter les appels d'offre publics sur son secteur
- Remplir les formulaires liés au dossier de candidature (DCI, DC2, DUME)
- Construire une offre répondant aux critères d'attribution et besoins exprimés
- Déposer ses offres par voie dématérialisée (sans ou avec signature électronique)

Le programme

1er JOUR

Séance 1 (matin) : Détecter les appels d'offre

- Vocabulaire et principales notions juridiques à maîtriser
- Avis de marché, codes CPV et création d'alertes

Séance 2 (après-midi) : Dossier de candidature (DC1 – DC2 – DUME)

- Principales procédures rencontrées
- Dossier de consultation des entreprises

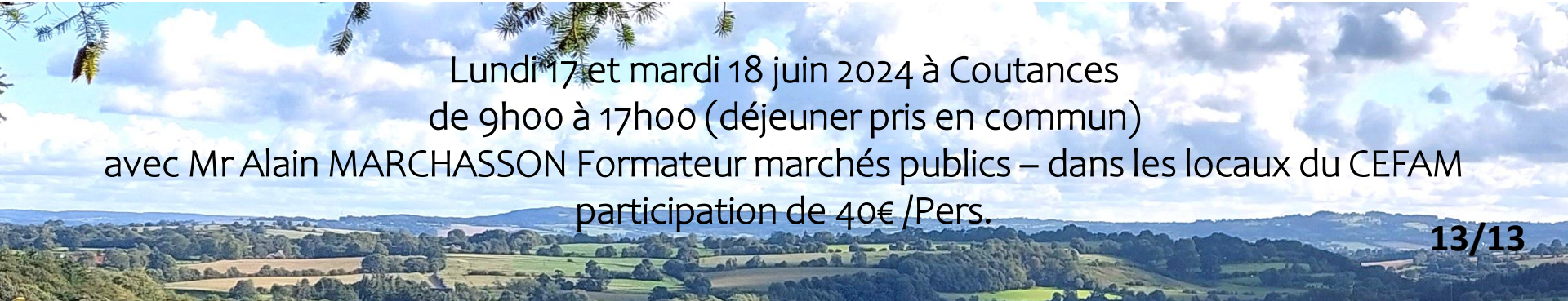
2ème JOUR

Séance 3 (matin) : Préparer son offre

- Au cœur de la réponse : rédiger son mémoire technique
- Valeur technique et prix

Séance 4 (après-midi) : Déposer son dossier de candidature et l'offre

- Réponse dématérialisée et signature électronique : partie pratique



Lundi 17 et mardi 18 juin 2024 à Coutances
de 9h00 à 17h00 (déjeuner pris en commun)
avec Mr Alain MARCHASSON Formateur marchés publics – dans les locaux du CEFAM
participation de 40€ /Pers.

Venez participer à nos Formations

Pour s'inscrire il vous suffit de retourner le bulletin de participation avec un chèque de 20 € par personne et par réunion (sans oublier votre numéro d'adhérent et vos coordonnées).

Les Roches de Ham *Photo prise par C. Cardot*