



CULTURE DIGITALE

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17
isabelle.protais@ceppic.fr

Communication numérique

| | | | |
|---|-------------|---|----------|
| Réaliser une campagne e-mailing efficace | 1 jour + 2h | 6/06/23 + 2 h d'accompagnement individuel | 580 € HT |
| Introduction au SEO (référencement naturel) | 1 jour | 13/06/23 | 450 € HT |
| E-réputation : comment gérer son identité numérique | 1 jour | 19/06/23 | 450 € HT |

Booster son activité grâce aux réseaux sociaux

| | | | |
|---|--------------|---|----------|
| Etre un collaborateur ambassadeur sur LinkedIn | 3h30 | 10/05/23 matin | 250 € HT |
| Créer un profil LinkedIn efficace | 1 jour | 8/06/23 | 450 € HT |
| Créer ses visuels pour les réseaux sociaux avec CANVA | 1 jour | 6/06/23 | 450 € HT |
| Intégrer les réseaux sociaux à sa prospection commerciale | 1 jour | 12/06/23 | 450 € HT |
| Dynamiser la présence de l'entreprise sur les Réseaux sociaux | 1 jour + 2 h | 19/06/23 + 2h d'accompagnement individuel à fixer | 580 € HT |
| Créer et animer sa page Facebook et Instagram Entreprise | 1 jour | 3/07/23 | 450 € HT |

Les incontournables du digital

Carole LEONARD 02.35.59.44.13
carole.leonard@ceppic.fr

| | | | |
|---|---------|--------------------|----------|
| Réaliser un site web avec WORDPRESS  | 3 jours | 24, 25 et 31/05/23 | 990 € HT |
|---|---------|--------------------|----------|

Google suite et autres outils opérationnels du web

| | | | |
|--|--------|---------|----------|
| Utiliser Google pour communiquer et s'organiser à distance | 1 jour | 1/06/23 | 280 € HT |
|--|--------|---------|----------|



INFORMATIQUE



Carole LEONARD 02.35.59.44.13
carole.leonard@ceppic.fr

Office 365

| | | | |
|--|--------|------------------------------------|----------|
| Microsoft Office 365 : Outlook | 1 jour | En inter ou intra : nous consulter | 550 € HT |
| Microsoft Office 365 : Sharepoint Administrateur | 1 jour | En inter ou intra : nous consulter | 550 € HT |
| Microsoft Office 365 : Sharepoint Utilisateur | 1 jour | En inter ou intra : nous consulter | 550 € HT |

| | | | |
|-------------|--------|------------------------------------|----------|
| Power Query | 1 jour | En inter ou intra : nous consulter | 680 € HT |
| Power BI | 1 jour | En inter ou intra : nous consulter | 680 € HT |



Initiation à l'informatique

| | | | |
|--|----------|--------------------------------------|----------|
| Prendre en main l'ordinateur et WINDOWS | 1,5 jour | Rouen : 11 et 12/05/23 matin | 398 € HT |
| S'initier à l'utilisation d'internet et de la messagerie | | Rouen : 12/05 après-midi et 17/05/23 | |
| Intégrer l'outil informatique dans son quotidien | 3 jours | Rouen : 11, 12 et 17/05/23 | 795 € HT |

Word

| | | | |
|--|---------|-------------------|----------|
| Prendre en main WORD et maîtriser les opérations de base | 1 jour | Rouen : 6/06/23 | 285 € HT |
| Réaliser une mise en page avancée et être à l'aise avec les tableaux | | Rouen : 12/06/23 | |
| Maîtriser les outils qui font gagner du temps | | Rouen : 19/06/23 | |
| Créer des documents longs et complexes | | Rouen : 26/06/23 | |
| 3 jours pour maîtriser l'essentiel de WORD | 3 jours | 6, 12 et 19/06/23 | 795 € HT |

Excel

| | | | |
|---|---------|---|----------|
| Être à l'aise avec Excel | 1 jour | Rouen : 15/05 - 8/06/23 - Dieppe : 13/06/23 | 285 € HT |
| Aller plus loin avec les formules et les graphiques | | Rouen : 27/06/23 - Dieppe : 20/06/23 | |
| Exploiter et Analyser la liste de données | | Rouen : 23/05 – 22/06/23 Dieppe : 27/06/23 | |
| Utiliser les fonctions avancées | | Rouen : 30/05- 29/06/23 | |
| Gérer les simulations de calcul et automatiser les tâches | | Rouen : 6/06/23 | |
| Automatiser les feuilles de calcul avec VBA | 2 jours | Rouen : 12 et 13/06/23 | 694 € HT |
| 3 jours pour maîtriser l'essentiel d'Excel | 3 jours | Rouen : 9, 16 et 23/05 - 8, 15 et 22/06/23 Dieppe : 13, 20 et 27/06/23 | 795 € HT |

| | | | |
|---|---------------------|--------------------------------|--------------------------|
| 3h30 pour prendre en main EXCEL | Ateliers en 3h30 | Rouen : 1/06/23 matin | 155 € HT le module |
| Réaliser des calculs simples | | Rouen : 1/06/23 après-midi | |
| Découvrir les trucs et astuces | | Rouen : 16/06/23 matin | |
| Maîtriser les formules incontournables | | Rouen : 16/06/23 après-midi | |
| Exploitez vos données en quelques clics | | Rouen : 9/06/23 matin | |
| Analyser vos données à l'aide des tableaux croisés dynamiques | | Rouen : 9/06/23 les après-midi | |

Outlook

| | | | |
|---|---------------------|-------------------------|----------|
| Utiliser efficacement Outlook pour gérer son temps et ses activités | 1 jour | Rouen : 2/06/23 | 285 € HT |
| Messagerie : initiation pour une bonne pratique | Ateliers en 3h30 | Rouen : 2/05 le matin | 225 € HT |
| Messagerie : utiliser efficacement Outlook | | Rouen : 2/05 après-midi | |

PowerPoint

| | | | |
|---|--------|------------------|----------|
| Réalisez des présentations efficaces | 1 jour | Rouen : 4/05/23 | 230 € HT |
| Renforcez l'impact de vos présentations | | Rouen : 11/05/23 | 285 € HT |


PAO

| | | | |
|--|---------|----------------------------|-----------|
| Découverte de la PAO | 3 jours | Rouen : 16, 23 et 30/06/23 | 1010 € HT |
| Indesign Acquérir les bases de la mise en page | 3 jours | Rouen : 9, 15 et 22/05/23 | 970 € HT |

**Développer les fondamentaux de la vente**

| | | | |
|--|-----------|------------------------------|-----------|
| Les fondamentaux des techniques de vente – Niveau 1 | 2 jours | Sur demande | 780 € HT |
| Préparer et réussir ses entretiens de vente - Niveau 2 | 2 jours | 22 et 23/05/23 | 780 € HT |
| Suivre et fidéliser sa clientèle | 1 jour | 1/06/23 | 400 € HT |
| Prospecter et gagner de nouveaux clients | 2,5 jours | 6 et 12/06/23 + 3h30 à fixer | 1100 € HT |
| Construire son argumentaire de vente | 1 jour | 20/06/2023 | 400 € HT |


Négociier

| | | | |
|--|---------|--|---------------------------------------|
| CCE Mener une négociation commerciale  | 5 jours | 6, 15, 16 et 20/06/23 + 1 jour à fixer | 2480 € HT certification incluse |
| Mener sa négociation commerciale avec succès – les bases Niveau 1 Possibilité de passer le CCE Mener sa négociation commerciale | 2 jours | 15 et 16/06/23 | 780 € HT |
| Négociation Niveau 2 : Défendre son prix et ses marges | 2 jours | 26 et 27/06/23 | 780 € HT |

Remporter ses appels d'offres

| | | | |
|--|--------|---------|----------|
| Mémoire technique : construire et rédiger une réponse argumentée | 1 jour | 8/06/23 | 420 € HT |
|--|--------|---------|----------|

Déployer une relation client de qualité

| | | | |
|--|---------|-------------|---------------------------------------|
| CCE Développer la qualité au service du client  | 3 jours | Sur demande | 1700 € HT certification incluse |
| Assistant(e) commercial(e) et ADV, développez la satisfaction de vos clients | 2 jours | Sur demande | 780 € HT |

Savoir-être, optimiser son efficacité commerciale

| | | | |
|---|--------|-------------|----------|
| Dynamiser sa posture de vente | 1 jour | 20/06/23 | 450 € HT |
| Savoir vendre son service, son entreprise, son produit en 15' | 1 jour | Sur demande | 450 € HT |

Management commercial et marketing

| | | | |
|---|---------|-------------|----------|
| Nouveauté Optimiser sa stratégie de communication multicanale : piloter une communication 360° | 1 jour | 13/06/23 | 600 € HT |
| Décliner ses objectifs en Plan d'Actions Commerciales (P.A.C) | 2 jours | Sur demande | 780 € HT |

**Communication orale**

| | | | |
|--|---------|--------------------|----------|
| Prendre la parole en public | 2 jours | 11 et 12/05/23 | 780 € HT |
| Prendre la parole en public : renforcer votre capacité de persuasion | 1 jour | 26/06/23 | 480 € HT |
| Développer la confiance en soi Niveau 1 | 3 jours | 19, 20 et 27/06/23 | 980 € HT |
| Développer la confiance en soi Niveau 2 | 2 jours | 15 et 22/05/23 | 780 € HT |
| Communiquer avec tact | 2 jours | 25 et 26/05/23 | 780 € HT |
| Gérer les comportements et les situations difficiles | 2 jours | 5 et 12/06/23 | 780 € HT |


Communication écrite

| | | | |
|---|---------|----------------|----------|
| Être efficace dans la rédaction et la gestion des mails | 2 jours | 23 et 29/06/23 | 780 € HT |
|---|---------|----------------|----------|

Efficacité Professionnelle

| | | | |
|--|-----------------|------------------------------|----------|
| Développer ses capacités de concentration | 2 jours | 8 et 16/06/23 | 780 € HT |
| Gérer son temps et ses priorités | 2 jours | 19 et 20/06/23 | 780 € HT |
| Gérer les stress et les émotions – Niveau 2 | 1 jour + 2 x 2h | 29/06/23 | 850 € HT |
| Préparer son départ à la retraite - module 1 | 3h30 | 11/05/23 matin | 255 € HT |
| Préparer un projet pour la retraite module 2 | 1,5 jours | 11/05 après-midi et 12/05/23 | 630 € HT |

**Les fondamentaux**

| | | | |
|--|---------|-----------------------------|---------------------------------------|
| Les fondamentaux du management : Animer une équipe | 5 jours | 22, 23, 31/05, 5 et 6/06/23 | 1500 € HT |
| CCE Animer une équipe de travail  | 5 jours | 22, 23, 31/05, 5 et 6/06/23 | 2000 € HT Certification incluse |

Boîte à outils du manager

| | | | |
|--|---------|----------------|----------|
| Résoudre les conflits | 2 jours | 22 et 23/05/23 | 780 € HT |
| Développer son intelligence émotionnelle | 2 jours | 15 et 29/06/23 | 780 € HT |



Fonction RH

| | | | |
|---|---------|-----------------------------|-----------|
| Optimiser sa pratique RH sans discrimination | 1 jour | 8/06/23 | 480 € HT |
| Nouveauté La marque employeur : booster son attractivité | 2 jours | 1 ^{er} et 22/06/23 | 1200 € HT |




Recrutement



| | | | |
|---|--------|---------|----------|
| Recruter sans discriminer – Formation obligatoire | 1 jour | 1/06/23 | 480 € HT |
|---|--------|---------|----------|


Entretiens RH

| | | | |
|--------------------------------------|---------|--------------|----------|
| Bien mener l'entretien professionnel | 2 jours | 2 et 9/06/23 | 780 € HT |
|--------------------------------------|---------|--------------|----------|

Transmission des savoirs

| | | | |
|---|----------------------------------|------------------------|---|
| Formation de formateur Possibilité de passer le CCE Exercer la mission de formateur en entreprise  | 4 jours | 12, 13, 19 et 20/06/23 | 1230 € HT |
| CCE Exercer la mission de formateur en entreprise  | 4 jours + 2h de certification | 12, 13, 19 et 20/06/23 | 1730 € HT certification incluse |
| Créer et animer une formation à distance Possibilité de passer le CCE Exercer la mission de formateur en entreprise  | 4 jours | 11, 12, 15 et 16/05/23 | 1230 € HT 1730 € HT avec certification |
| Animer une formation à distance | 2 jours | 8 et 9/06/23 | 750 € HT |

| | | | |
|---|----------------------------------|----------------|---------------------------------------|
| Devenir tuteur et favoriser l'intégration  Possibilité de passer le CCE Exercer le rôle de tuteur en entreprise | 2 jours | 12 et 13/06/23 | 780 € HT |
| CCE Exercer le rôle de tuteur en entreprise  | 2 jours + 2h de certification | 12 et 13/06/23 | 1230 € HT certification incluse |

| | | | |
|--|---------|----------------|----------|
| Devenir accompagnateur AFEST | 1 jour | 4/05/23 | 480 € HT |
| Mettre en place l'AFEST dans l'entreprise | 1 jour | 7/06/23 | 480 € HT |
| CCE Exercer la mission conseiller AFEST  | 1 heure | Nous consulter | 850 € HT |

Pilotage de la formation professionnelle

| | | | |
|--|---------|--------------|----------|
| Maîtriser le recours à l'alternance : contrat de professionnalisation – contrat d'apprentissage | 1 jour | 24/05/23 | 480 € HT |
| Construire et piloter son plan de développement des compétences | 2 jours | 8 et 9/06/23 | 780 € HT |




Droit

| | | | |
|--|--------|---------------------|----------|
| Prévenir et remédier au harcèlement moral et sexuel | 1 jour | 11/05/23 | 450 € HT |
| Le forfait jour : mettre en place et éviter les pièges | 3h30 | 25/05/23 les matins | 250 € HT |

CSE (Comité Social et Économique)

| | | | |
|--|---------|-------------------------|---|
| Comment mettre en place et gérer le CSE | 1 jour | En intra | Nous consulter |
| Le CSE dans les entreprises de moins et de plus de 50 salariés | 1 jour | 13/06/23 | 450 € HT |
| Économie du CSE | 5 jours | En inter ou en en intra | En inter : 2950 € HT En intra : nous consulter |
| Trésorier du CSE | 1 jour | Nous consulter | 450 € HT |

Administration du personnel

| | | | |
|---|---------|------------------|----------|
| Appréhender l'environnement juridique de la Formation Professionnelle Continue | 2 jours | 22 et 23/05/23 | 950 € HT |
| Contrôler les charges sociales Possibilité de passer le CCE Traiter la paie  | 3 jours | 1, 8 et 15/06/23 | 950 € HT |
| La Paie Expert | 2 jours | 22 et 29/06/23 | 750 € HT |




| | | | |
|--|---------|-----------------|-----------|
| Anticiper le contentieux clients et prévenir les impayés | 1 jour | 1/06/23 | 450 € HT |
| Comptabiliser les opérations courantes | 3 jours | 5, 6 et 9/06/23 | 1030 € HT |
| Maitriser la comptabilité clients | 1 jour | 8/06/23 | 450 € HT |
| Maitriser la comptabilité fournisseurs | 2 jours | 12 et 13/06/23 | 750 € HT |




GESTION - ACHATS - LOGISTIQUE

Carole LEONARD 02.35.59.44.13
carole.leonard@ceppic.fr

Gestion

| | | | |
|--|---------|-----------------------------|---------------------------------------|
| Optimisez votre trésorerie | 2 jours | 15 et 22/06/23 | 750 € HT |
| Finance pour non-financiers | 3 jours | 20, 27/06 et 4/07/23 | 950 € HT |
| CCE Contribuer à la gestion d'entreprise  | 5 jours | 20, 27/06, 4, 5 et 12/07/23 | 2200 € HT certification incluse |
| Introduction au contrôle de gestion | 2 jours | 5 et 12/07/23 | 750 € HT |


Achat

| | | | |
|--|---------|------------------------|---------------------------------------|
| CCE Exercer la mission d'organisation et de suivi des achats  | 4 jours | 6, 13, 20 et 27/06/23 | 2200 € HT certification incluse |
| Les fondamentaux des marchés publics | 1 jour | 8/06/23 | 450 € HT |
| L'essentiel des accords cadres | 1 jour | 9/06/23 | 450 € HT |
| Ateliers Marchés publics | 3h30 | 2 ateliers le 16/06/23 | 250 € HT les 3h30 |



DÉVELOPPEMENT À L'INTERNATIONAL

Carole LEONARD 02.35.59.44.13
carole.leonard@ceppic.fr

| | | | |
|--|---------|------------------|---------------------------------------|
| L'essentiel de la logistique internationale | 2 jours | 25/05 et 1/06/23 | 760 € HT |
| Maîtriser les INCOTERMS ICC 2020 | 1 jour | 8/06/23 | 400 € HT |
| Le CREDOC et les autres techniques de paiement à l'international | 1 jour | 8/06/23 | 400 € HT |
| Crosse trade et opérations triangulaires | 1 jour | 9/06/23 | 400 € HT |
| Master ICC Incoterm 2020 rules | 1 jour | 14/06/23 | 450 € HT |
| CCE Gérer les opérations à l'international  | 9 jours | Nous consulter | 3900 € HT certification incluse |



SANTE – PHARMACIE – SOCIAL – SERVICES À LA PERSONNE

Sandrine HERLEN 02.35.59.44.12
sandrine.herlen@ceppic.fr

Santé

| | | | |
|--|---------|--------------|----------|
| Mettre en oeuvre l'HACCP et les bonnes pratiques d'hygiène | 2 jours | 7 et 8/06/23 | 770 € HT |
| Gestes et postures – Prévenir les TMS | 1 jour | 5/06/23 | 185 € HT |



Environnement

| | | | |
|---|--------|----------|----------|
| Découvrir et comprendre la norme ISO 14001 : 2015 | 1 jour | 15/05/23 | 450 € HT |
|---|--------|----------|----------|



SURETE ET SECURITE

Sandrine HERLEN 02.35.59.44.12
sandrine.herlen@ceppic.fr

Management et sécurité au travail

| | | | |
|--|--------|----------|----------|
| Créer et faire vivre un document unique | 1 jour | 16/05/23 | 400 € HT |
| Analyser l'accident « Arbre des causes » | 1 jour | 17/05/23 | 350 € HT |
| Établir un plan de prévention | 1 jour | 6/06/23 | 400 € HT |
| Découvrir et comprendre la norme ISO 45001 | 1 jour | 20/06/23 | 450 € HT |

Secourisme et incendie

| | | | |
|---|---------|---|----------|
| Sauveteur Secouriste du travail (SST) | 2 jours | Rouen : 22 et 23/05 - 4 et 5/07/23 Dieppe : 23 et 24/05/23 | 240 € HT |
| Maintien et actualisation des compétences SST | 1 jour | Rouen : 11/05 - 5/06 - 6/07/23 Dieppe : 9/05 - 6/06/23 | 140 € HT |

Habilitations électriques

| | | | |
|---|----------|---|----------------|
| Habilitation mécanique MO | 1 jour | En intra, nous consulter | Nous consulter |
| BO-HO-HOV et recyclage | 1 jour | Rouen : 5/06 - 3/07/23 Dieppe : 7/06 - 5/07/23 | 190 € HT |
| BS – BE Manœuvre | 2 jours | Rouen : 5 et 6/06 - 3 et 4/07/23 Dieppe : 7 et 8/06 - 5 et 6/07/23 | 310 € HT |
| Recyclage BS – BE Manœuvre | 1,5 jour | Rouen : 19 et 20/06 Dieppe : 11 et 12/04/23 | 265 € HT |
| Habilitation Électrique Électricien | 3 jours | Rouen : 15 au 17/05 - 26 au 28/06/23 Dieppe : 7 au 9/06/23 | 475 HT |
| Recyclage Habilitation Électrique Électricien | 1,5 jour | Rouen : 26 et 27/06/23 Dieppe : 19 et 20/06/23 | 265 HT |

Habilitations spécifiques

| | | | |
|---------------------------------------|--------|----------------|----------|
| Travailler en hauteur-Port du harnais | 1 jour | 20/09/2023 | 250 € HT |
| ATEX Niveau initial | 3h30 | Nous consulter | 225 € HT |
| ATEX Perfectionnement | 1 jour | Nous consulter | 450 € HT |

Hygiène sécurité et conditions de travail

| | | | |
|---|--------------|-------------------------------------|----------------------|
| Formation Santé Sécurité et conditions de travail des membres du CSE | 5 jours | Rouen : 22, 23, 24/05, 26, 27/06/23 | 1 150 € HT |
| Renouvellement - Formation Santé Sécurité et conditions de travail des membres du CSE | 3 ou 5 jours | Nous consulter | 600€ HT ou 1150 € HT |





Langues Étrangères



brightlanguage™

Linguaskill▶▶
from Cambridge

| | | | |
|---|-------------------------|--|----------------------|
| Cours Particuliers Anglais, allemand, espagnol, chinois, russe | A la carte | Démarrage à tout moment | 71 € HT / Heure |
| Club de conversation en anglais <i>Animé par un formateur natif - Pratiquer l'anglais à l'oral en petit groupe, dans un cadre informel 1h à 1h30 / séance</i> | 1h à 1h30 par séance | Tout au long de l'année. Nous consulter | 30 € HT la séance |
| Préparation TOEIC Tutorée et personnalisée  | Plusieurs formules | Nous consulter | Nous consulter |
| Passage du test TOEIC | 3 h | | 160 € HT |
| Passage du test Bright | 2 h | Environ tous les mois, nous consulter | 65 € HT |
| Passage de la Certification CLOE  | 1h30 | Environ tous les mois, nous consulter | 95 € HT |
| Passage du test Linguaskill | 2h | Environ tous les mois, Nous consulter | 85 € HT |

Français

CERTIFICAT VOLTAIRE
Certificat de niveau en orthographe

| | | | |
|---|-----|-------------------------|-----------|
| Écrivez le Français sans faute | 21h | 6, 15 et 19/06/23 | 1050 € HT |
| Écrivez le français sans faute et maîtriser les bases de la rédaction professionnelle | 28h | 6, 13 et 19 et 22/06/23 | 1425 € HT |
| Passage du certificat VOLTAIRE | 3 h | 7/07/23 | 70 € HT |



CONSEILLERE FORMATION

Pour toute question ou RDV,

Stéphanie BOURGES est à votre disposition

02.35.59.44.14 – 07.64.48.00.54

stephanie.bourges@ceppic

SUIVEZ-NOUS SUR :

