

2019 - 2020

# Programme de

FORMATION



# LES VISUELS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Publier des visuels de qualité pour vos réseaux sociaux

- Droit à l'image & droit d'auteur
- Banques d'images gratuites et libres de droits
- Outils de publication de visuels

Intervenant :  
C.C.I.

Lundi  
7 octobre 2019  
de 10h à 12h  
à CHAUMONT

GRATUIT



# FACEBOOK & INSTAGRAM

Facebook & Instagram : comment animer une  
communauté ?

- Comment construire et animer une communauté ?
- Comment construire un lien durable avec les internautes ?
- Quels contenus publier pour attirer et fidéliser ses clients ?

Intervenant :  
C.C.I.

Lundi  
18 novembre 2019  
de 10h à 12h  
à CHAUMONT

GRATUIT



# SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL

## Formation initiale

- Formation générale à la prévention
- Reconnaître les dangers persistants éventuels
- Soustraire la victime du danger et l'examiner
- Les gestes d'urgence selon les cas d'accidents
- Formation à l'utilisation du défibrillateur

Intervenant :

**Alliance Form'Action**

**21 & 22  
novembre 2019**

**de 9h à 17h**

**à LANGRES**

**GRATUIT**



## LOGICIEL : WORD

Mes premiers pas sur WORD

*et*

Je me perfectionne avec WORD

Formation entièrement personnalisée durant laquelle le formateur s'adapte complètement au niveau de chaque participant

Intervenant :

**GRETA Sud Champagne**

**28 novembre  
et  
4 décembre 2019**

**de 9h à 17h**

**à CHAUMONT**

**GRATUIT**



# GÉRER SON STRESS

## Reconnaître, évaluer et limiter le stress

- Qu'est-ce que le stress ?
- Améliorer ses règles de vie et gérer ses émotions
- Développer l'affirmation de soi
- Augmenter sa résistance face au stress : l'hygiène de vie
- Identification des situations stressantes

Intervenant :

**Alliance Form'Action**

**Lundi  
2 décembre 2019**

**de 9h à 17h**

**à CHAUMONT**

**GRATUIT**



## SAUVETEUR SECOURISTE

DU TRAVAIL (recyclage)

### Formation de recyclage

(Tous les 2 ans après la formation initiale)

- Rappel des principales fonctions du sauveteur secouriste du travail
- Formation à l'utilisation du défibrillateur
- Séances pratiques
- Contrôle des connaissances

Intervenant :

**Alliance Form'Action**

**Vendredi  
13 décembre 2019**

**de 9h à 17h**

**à LANGRES**

**GRATUIT**



# LA GESTION DES CLIENTS DIFFICILES

Connaître, comprendre et appréhender les situations  
difficiles

- Comprendre pourquoi un interlocuteur est difficile
- Typologie de 20 personnalités difficiles
- Identifier et gérer les personnalités difficiles
- Mise en situation

Intervenant :  
Alliance Form'Action

9 & 16  
mars 2020  
de 9h à 17h  
à CHAUMONT  
**GRATUIT**



## LOGICIEL : EXCEL

Mes premiers pas sur EXCEL  
et  
Je me perfectionne avec EXCEL

Formation entièrement personnalisée durant laquelle le formateur s'adapte complètement au niveau de chaque participant

Intervenant :  
GRETA Sud Champagne

27 mars  
et  
3 avril 2020  
de 9h à 17h  
à CHAUMONT  
**GRATUIT**



# LES HABILITATIONS ÉLECTRIQUES

La sécurité, vecteur de performance !

Pour le chef d'entreprise et/ou ses salariés, notre partenaire vous propose des formations groupées pour les différentes habilitations électriques existantes.

Le coût de la formation sera facturé directement à l'entreprise.

Les formations auront lieu à Langres.

**Contactez-nous pour nous faire connaître votre besoin.**

**Ensuite, des dates pourront vous être proposées.**

