



VOS RENDEZ-VOUS FORMATION

OCTOBRE / NOVEMBRE / DÉCEMBRE 2012

à la une ce mois-ci !

Quels choix pour mon épargne ?

Développer son intelligence
émotionnelle... mais si, c'est possible !

Habilitation électrique BS-BE

Retraite des indépendants
Quand partir ? Puis-je poursuivre
une activité ?

Les cinq piliers de la réussite

...



**Commerçants
& Artisans**

Prestataires de services

SOMMAIRE

OCTOBRE / NOVEMBRE / DÉCEMBRE 2012

Découvrez l'informatique
et devenez autonome EN 3 JOURS ! / page 3

Quels choix pour mon épargne ? / page 4

Gymnastique cérébrale (Brain Gym) :
développez vos facultés / page 5

Ennéagramme : 9 façons de penser et d'agir ;
quelle est la vôtre ? / page 6

Ennéagramme niveau 2 : les sous types / page 7

La réflexologie au service de votre bien être / page 8

Développer son intelligence émotionnelle ...
mais si, c'est possible ! / page 9

Ateliers informatiques : le traitement de texte Word / page 10

Créer votre site internet : réfléchir avant d'agir / page 11

La loi d'attraction - Soyez créateur et acteur de votre vie / page 12

Ma relation à l'argent / page 13

Brain Gym - Niveau 2 / page 14

Habilitation électrique BS-BE / page 15

Découvrir toutes les possibilités de mon iphone/ipad / page 16

Retraite des indépendants -
Quand partir ? Puis-je poursuivre une activité ? / page 17

Les accords toltèques : pour que votre vie sonne juste ! / page 18

Les cinq piliers de la réussite / page 19

Imagerie Numérique : Retouche d'images et mise en ligne / page 20

Vidéo : le montage et le partage sur internet / page 21



Découvrez l'informatique et devenez autonome EN 3 JOURS !

PROGRAMME

Vos courriers avec le traitement de texte Word :

- créer, présenter, modifier, imprimer le document

Vos tableaux de calcul avec le tableur Excel :

- découvrir l'environnement de travail
- créer des formules
- concevoir un tableau simple
- présenter le document
- générer un graphe

Ranger et retrouver ses documents dans l'ordinateur :

- l'explorateur Windows
- visualiser le contenu du disque dur
- dossiers et sous-dossiers
- enregistrer, ouvrir et supprimer un document
- utiliser une clé USB

Les bases d'internet :

- navigation et découverte guidée
- rechercher de l'information avec Google
- envoyer et recevoir des messages
- navigation libre et assistée

PRÉ-REQUIS

Toute personne souhaitant apprendre à maîtriser les bases d'un micro-ordinateur.

OBJECTIF

3 jours pour faire connaissance avec un ordinateur, comprendre son fonctionnement, apprendre à utiliser les programmes « incontournables » et devenir parfaitement autonome pour :

- taper ses courriers
- faire des tableaux de calcul
- naviguer sur internet et envoyer/recevoir des mails

LIEU
CGA 17

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 3 jours

ANIMATEUR
Jean-Jacques TEXTIER

FRAIS
120 € TTC (repas inclus)

DATES
LUNDIS 1^{ER}, 8
& 15 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 24 septembre 2012



Quels choix pour MON ÉPARGNE ?

OBJECTIF

Connaître les fondamentaux de l'épargne.
Disposer de notions générales sur les placements (épargne de précaution, préparation de projets, compléments de retraite, ...).
Avoir une écoute plus critique des propositions commerciales.

PROGRAMME

Quelles solutions pour gérer ses excédents de trésorerie ?

Calculs financiers de base (épargne ou emprunt)

Quels choix pour ses premiers placements personnels ?

Comment fonctionnent les marchés financiers ?

Comparaison des principaux supports de placements, financiers et immobiliers ; leur fiscalité ;

Qui sont les différents intervenants sur le marché de l'épargne et des placements ?
Quels sont leurs rôles et leurs atouts ?

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Georges BILLAND

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 1^{ER} OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 24 septembre 2012



Gymnastique cérébrale (Brain Gym) : DÉVELOPPEZ VOS FACULTÉS

OBJECTIF

Améliorer la concentration, la mémorisation, l'attention, l'estime de soi et l'apprentissage. Permettre davantage de performances, de créativité et d'expression de soi.

PROGRAMME

Les exercices corporels et oculaires qui stimulent le cerveau et créent de nouveaux circuits neurologiques

Découvrez des techniques de libération de stress pour diminuer la charge émotionnelle et être plus objectif

Comprenez la complémentarité visuel / auditif : pour se libérer des freins et des blocages (peurs, obsessions, culpabilité, débordement émotionnel, etc...)

Exercices énergétiques visant à favoriser la circulation des énergies et équilibrer le système nerveux, hormonal et immunitaire

Comment agir sur l'insomnie sans molécules chimiques

Comment agir sur la libération des phobies et les attitudes de vie négatives (technique brève et indolore du Dr Roger Callahan Psychologue Clinicien)

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Virginie DELAGE

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
MARDI 2 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Mardi 25 septembre 2012



Ennéagramme : 9 façons de penser et d'agir; QUELLE EST LA VÔTRE ?

OBJECTIF

L'enneagramme fait référence à un système d'étude de la personnalité et présente 9 visions différentes de penser et d'agir. L'utilisation inconsciente et automatique de ces comportements limite notre potentiel. Dans un contexte de travail, cela peut freiner l'expansion de l'entreprise.

Les objectifs de cette journée :

- apprendre à se connaître pour mieux agir,
- communiquer avec efficacité,
- désamorcer les conflits dans l'entreprise,
- optimiser les ressources humaines.

PROGRAMME

Présentation de l'enneagramme

A la découverte de mon blason

La preuve par l'exemple

Les grandes lignes de la personnalité ou étude des neuf types : découvrir sa tendance et sa force principales

Les 3 centres

Etude des points de stress et de sécurité

L'influence des ailes

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Danielle HUET

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 8 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 1^{er} octobre 2012



Ennéagramme niveau 2 : LES SOUS-TYPES

OBJECTIF

Chaque type de personnalité possède trois sous-types. Le sous-type est le comportement qui s'enclenche lorsque monte une tension suite à une contrariété extérieure. Nous ressentons alors le besoin de réagir. Nous allons privilégier un domaine particulier, parfois deux dans lequel nous deviendrons experts (ex: la sécurité matérielle, la maison, le conjoint, la politique...) !

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Danielle HUET

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 15 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 8 octobre 2012

PROGRAMME

Retour sur les 9 bases de l'enneagramme:

- exercices pratiques
- questions libres

Trouver son sous-type :

- exercice en groupe pour découvrir son sous-type :
1) sous-type survie
2) sous-type tête à tête
3) sous-type social

Comprendre le lien entre le sous-type et votre type base :

- description des 27 profils
- questions ouvertes



La réflexologie au service de **VOTRE BIEN ÊTRE**

OBJECTIF

Comprendre le principe de la réflexologie et découvrir des régions du corps d'une exceptionnelle efficacité en réflexologie pour soulager les douleurs, les tensions, les gênes...

PROGRAMME

La stimulation des points pour favoriser la réparation cellulaire grâce à l'amélioration de la circulation énergétique, lymphatique, sanguine et nerveuse.

Aider à un meilleur fonctionnement des organes en tenant compte des quatre dimensions du corps

Localisation des points réflexes :

- sur la ceinture scapulaire
- sur la ceinture pelvienne
- points réflexes du visage pour réduire les tensions émotionnelles

LIEU

Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES

9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR

Virginie DELAGE

FRAIS

40 € TTC (repas inclus)

DATE

MARDI 16 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU

Mardi 9 octobre 2012



Développer son intelligence émotionnelle ... MAIS SI, C'EST POSSIBLE !

OBJECTIF

Cette formation s'adresse à toute personne ressentant le besoin de développer son savoir faire émotionnel, manquant de mots, de tact dans sa relation à l'Autre. A l'issue de la formation, vous aurez les clés pour passer du contrôle à l'accueil de l'émotion, pour développer votre ouverture émotionnelle et réussir dans vos relations.

PROGRAMME

Faire le point

- distinguer les notions : intelligence, émotion, quotient intellectuel et quotient émotionnel
- quelques définitions pour se mettre d'accord
- auto diagnostic de son quotient émotionnel

Le monde des émotions et leur influence sur notre vie

- origines des émotions
- trouver les mots pour nommer ses émotions : une large palette à notre disposition
- l'impact de nos émotions sur notre vie au quotidien : pourquoi faire le choix de mieux vivre avec ses émotions ?

Mener une réflexion sur soi

- nos sensations, nos tendances, nos pensées
- nos valeurs, nos croyances nos besoins, nos moyens, nos attentes

Passer du contrôle à l'accueil de l'émotion

- sentir et explorer ses propres émotions
- exprimer ses ressentis émotionnels avec pudeur et authenticité
- retrouver le calme intérieur après une tempête émotionnelle

Partager ses émotions positives avec les autres

LIEU

Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES

9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR

Jeanne DESBIENS

FRAIS

40 € TTC (repas inclus)

DATE

LUNDI 22 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU

Lundi 15 octobre 2012

Ateliers informatiques : LE TRAITEMENT DE TEXTE WORD

PROGRAMME

Mise en forme :

- les tabulations
- la règle
- interlignes, retraits et alignements
- les encadrements
- polices et attributs de caractères

Imprimer le document :

- définir la mise en page et présenter le document
- aperçu et gestion de l'impression
- faire vivre le document
- supprimer, déplacer, recopier du texte (copier/coller)
- s'en servir de modèle (enregistrer sous)

Les tableaux

- créer un tableau et le remplir
- insérer ou supprimer des lignes et des colonnes
- mettre en forme et encadrer le tableau

Questions-Réponses

PRÉ-REQUIS

Toute personne ayant suivi une initiation en stage ou en auto-apprentissage et souhaitant redécouvrir ou conforter ses bases sur Word.



OBJECTIF

Vous hésitez ? Vous cherchez les menus ?

Les fonctions ? Vous ne savez pas faire ?

Arrêtez de perdre du temps ! Consolidez vos bases et devenez plus fluide sur le traitement de texte.

Cette journée de révision vous permettra de venir poser vos questions, d'acquérir ou de reprendre les fonctionnalités de base (mais incontournables) du logiciel.

LIEU
CGA 17

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Jean-Jacques TEXIER

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 22 OCTOBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 15 octobre 2012



PROGRAMME

Le contexte en quelques chiffres

Un site : composition technique succincte

Sécurisation et paiement électronique

Les consommateurs évoluent, les pratiques marketing également

Créer un site

- définir
- construire
- lancer
- faire vivre

Situer son site dans l'environnement

Analyser des sites existants et extrapolation

Piloter la réalisation

PRÉ-REQUIS

Disposer d'un accès à Internet et avoir un premier niveau d'utilisation du web

Créer votre site internet : RÉFLÉCHIR AVANT D'AGIR

OBJECTIF

Acquérir la culture nécessaire pour :

- percevoir les différentes utilisations d'internet pour communiquer et vendre
- comprendre les enjeux pour mon entreprise
- savoir me positionner
- connaître les étapes incontournables d'une création de site
- piloter la démarche de création

Cette formation permet à chaque participant d'intégrer une réflexion et une transposition à son entreprise ou à son domaine d'activité.

LIEU
CGA 17

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Jean-Jacques TEXIER

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 12 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 5 novembre 2012



SOYEZ CRÉATEUR ET ACTEUR DE VOTRE VIE

PROGRAMME

Créer votre espace : reconnaître et comprendre
 Éveiller votre conscience pour mieux AGIR
 Prendre du recul pour avoir une vision plus claire
 Comprendre vos pensées pour actionner la créativité
 Apprendre à harmoniser vos émotions et vos paroles
 Découvrir le processus d'alignement
 Se sentir bien à chaque instant dans le «MAIN-TENANT»

Développer votre pouvoir de pensées pour qu'elles deviennent optimales !
 S'aligner et Agir dans votre vie professionnelle et privée
 Découvrir les sens cachés de votre vie
 Passer de la dysharmonie à l'harmonie et gérer tout conflit avec vous-même
 Découvrir le processus de la roue de concentration
 Discerner à chaque instant, votre espace pour mieux agir dans votre vie
 Acquérir plus de sérénité dans votre présent
 Découvrir des exemples concrets, sensibles et dynamisant

PRÉ-REQUIS

Formation ouverte aux personnes ayant suivi les niveaux 1 et 2

Loi d'attraction

OBJECTIF

Harmoniser vos pensées et vos émotions pour dynamiser clairement vos relations professionnelles et privées. Agir en confiance pour prendre des décisions et aller vers les autres.

LIEU
 Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
 9h00 - 17h30 • 2 jours

ANIMATEUR
 Jean-Pierre MARRIGUES

FRAIS
 80 € TTC (repas inclus)

DATES
 LUNDI 12
 & MARDI 13 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
 Lundi 5 novembre 2012



Ma relation à L'ARGENT

OBJECTIF

Découvrir vos véritables motivations à gagner de l'argent. Comprendre combien ce rapport à l'argent favorise ou entrave la concrétisation de nos objectifs et de notre réussite.

PROGRAMME

Réflexion sur le thème :
 qu'est-ce que l'argent ?

Quelques idées reçues à propos de l'argent
 Comprendre les polarités.

Observation de vos comportements face à l'argent à travers des exercices pratiques.

Echanges autour de ces exercices.

PRÉ-REQUIS

Il vous sera demandé d'amener une somme significative d'argent pour l'observation de vos comportements face à l'argent.

LIEU
 Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
 9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
 Danielle HUET

FRAIS
 40 € TTC (repas inclus)

DATE
 LUNDI 19 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
 Lundi 12 novembre 2012



Brain Gym NIVEAU 2

OBJECTIF

Savoir choisir rapidement les points et régions réflexes les plus efficaces. Aller au-delà de l'émotion afin d'identifier le ressenti cellulaire. Utiliser la respiration et la trame énergétique au quotidien pour rendre sa vie plus épanouie et libre en transformant le stress (très efficace pour se libérer des dépendances et des pensées obsédantes).

PROGRAMME

A quel type de personnalité appartenez-vous : horizontal (énergie yin), vertical (énergie yang) ou oblique (énergie neutre) ?

Apprenez comment votre vie est basée sur ces trois axes (le choix d'une profession ou d'un partenaire, vos habilités manuelles et artistiques, vos capacités intellectuelles, sont puissamment influencées par la collaboration entre ces lignes)

Identifiez votre cerveau dominant pour découvrir les forces et les faiblesses inconscientes de votre être

Rôles et caractéristiques des lignes concernant le ressenti cellulaire, les organes cibles du stress, les dépendances alimentaires, etc

Équilibrez le cerveau par la répartition des énergies des trois étages (cerveau ancien, limbique, cortex)

Exercices de respirations spécifiques à chaque étage d'une efficacité remarquable pour la gestion du stress et les dépendances

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

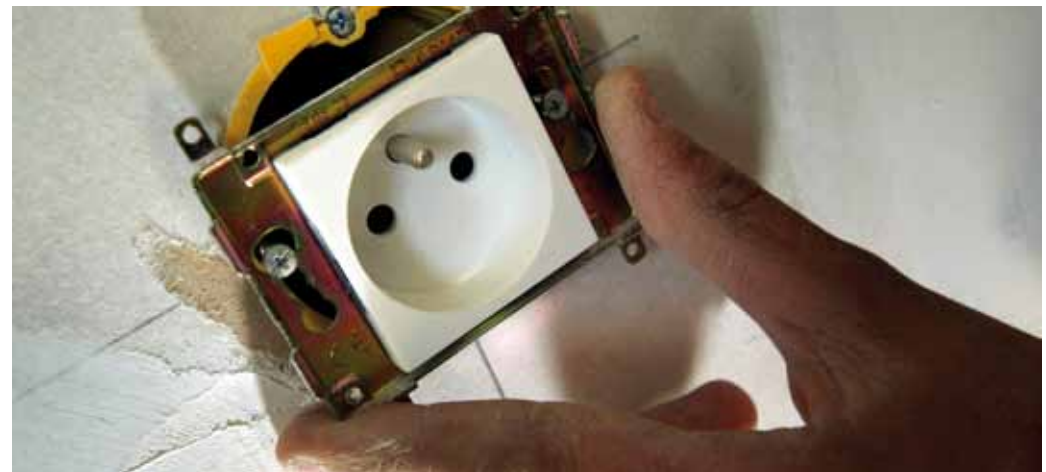
HORAIRES
9h00 - 17h30 • 2 jours

ANIMATEUR
Virginie DELAGE

FRAIS
80 € TTC (repas inclus)

DATES
MARDIS 20
& 27 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Mardi 13 novembre 2012



Habilitation électrique BS-BE

OBJECTIF

Personnel d'exploitation ou d'entretien « non électricien » appelé à effectuer des opérations simples, interventions de remplacement de raccordement et/ou des manœuvres sur des ouvrages électriques. Il a reçu préalablement une formation en électricité adaptée aux opérations qui lui sont confiées.

PROGRAMME

Notions élémentaires d'électricité

- définitions
- mesure

Le courant électrique et le corps humain

- dangers
- effet d'une électrisation
- règles de sécurité
- prévention

Evolution de la réglementation

Les travaux d'ordre non électrique

Opération sur tout ou partie d'un ouvrage électrique

- appareillage
- consignes
- équipements de protection

Incidents et accidents sur les ouvrages électriques

- dispositions à prendre et conduite à tenir
- incendies

Délivrance d'une attestation de formation, après évaluation et contrôle des connaissances (note minimale 12/20), permettant à l'employeur de délivrer le titre d'habilitation correspondant.

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 17h30 • 2 jours

ANIMATEUR
Sébastien PITALIER

FRAIS
80 € TTC (repas inclus)

DATES
JEUDI 22 & VENDREDI 23
NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Jeudi 15 novembre 2012



Découvrir toutes les possibilités de mon IPHONE/IPAD

PROGRAMME

Configurer son iPhone : les bases

Comprendre et utiliser iTunes/iCloud

Communiquer :

- les différentes façons de téléphoner ou de passer des appels
- recevoir et envoyer ses mails : duplication ou accès unifié

S'informer :

- naviguer sur internet
- utiliser le GPS pour se déplacer
- fils d'actualités

Travailler :

- accéder à son agenda
- accéder aux données de son ordinateur de bureau
- utiliser ses fichiers bureautiques
- découvrir de nouveaux outils d'organisation

Se divertir :

- livres, BD, journaux, revues, musique, vidéo, ...

PRÉ-REQUIS

Venir avec son iPhone ou son iPad

OBJECTIF

Dépasser la notion de téléphone pour tirer parti des possibilités de cet ordinateur miniaturisé. Comprendre les réglages et possibilités de configurations. Découvrir les usages possibles pour communiquer, s'informer, travailler ou... se divertir.

LIEU
CGA 17

HORAIRES
9h00-17h30 • 1 journée

ANIMATEUR
Jean-Jacques TEXIER

FRAIS
40 € TTC (repas inclus)

DATE
LUNDI 26 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 19 novembre 2012



Retraite des indépendants

QUAND PARTIR ?

PUIS-JE POURSUIVRE UNE ACTIVITÉ ?

PROGRAMME

Les mesures d'accès au dispositif de départ à la retraite à 60 ans ont été assouplies et élargies pour les personnes s'inscrivant dans le cadre des retraites dites « carrières longues ».

Vous avez commencé à travailler jeune, à 18 ou 19 ans et justifiez d'une durée d'assurance cotisée de 41 ans, vous pouvez peut-être prétendre à un départ en retraite à partir de 60 ans.

Vous pouvez également envisager de cumuler votre retraite et le revenu d'une activité professionnelle. A quelles conditions ?

Un spécialiste du RSI fait le point.

LIEU
Hôtel Ibis - Châtelailon

HORAIRES
9h00 - 12h00 • 1/2 journée

ANIMATEUR
Un représentant du RSI

FRAIS
Participation gratuite
(joindre un chèque de caution de 10 € à votre inscription)

DATE
LUNDI 26 NOVEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU
Lundi 19 novembre 2012



Les accords tolèques : POUR QUE VOTRE VIE SONNE JUSTE !

OBJECTIF

Dès notre enfance, nous développons nos propres croyances limitatives sous l'influence de notre environnement et de notre éducation. Les accords tolèques sont des règles de vie qui nous aident à prendre de la distance par rapport au monde qui nous entoure et aux événements auxquels nous sommes confrontés. Nous pouvons ainsi mieux appréhender et gérer les choses.

PROGRAMME

Les cinq accords :

- que ta parole soit impeccable
- quoi qu'il arrive, n'en fais jamais une affaire personnelle
- ne fais aucune supposition
- fais de ton mieux
- sois sceptique mais apprends à écouter

**Définition et portée de chaque accord.
Comment mettre en œuvre dans la vie
quotidienne ?**

- LIEU**
Hôtel Ibis de Châtelailлон
- HORAIRES**
9h00 - 17h30 - 3 journées
- ANIMATEUR**
Jeanne DESBIENS
- FRAIS**
120 € TTC (repas inclus)
- DATES**
LUNDIS 3, 10 DÉCEMBRE 2012
& 14 JANVIER 2013
- INSCRIPTION JUSQU'AU**
Lundi 26 novembre 2012



Les cinq piliers DE LA RÉUSSITE

OBJECTIF

Les 5 Piliers de la REUSSITE permettent la concrétisation d'objectifs partagés au sein de l'entreprise et rendent à chacun la responsabilité de la marche à suivre et des rôles qu'il a à jouer dans le cadre de la vie de l'entreprise. Les cinq piliers favorisent une attitude de souplesse et d'adaptabilité aux changements et créent une nouvelle culture de responsabilité. A l'issue de cette formation vous serez à même de mettre en place un plan d'action à horizon 30 jours.

PROGRAMME

Découvrez les 5 piliers de la RÉUSSITE :

- Animez une démarche d'appropriation des valeurs humaines dans l'entreprise
- Intégrez un ensemble de concepts clés fondamentaux pour renforcer l'impact de votre entreprise
- Obtenez des feed back afin d'identifier vos talents et vos points d'amélioration à travailler
- Comment répartir la charge de travail ?
- Favorisez le dialogue
- Bâissez une stratégie, porteuse de sens, à 30 jours

Consolidez votre entreprise avec les 5 piliers de la RÉUSSITE :

- Apprenez à sortir de situations difficiles
- Repérez les conditions de réussite et de développement de votre fonction
- Comment répartir les activités, les compétences ?
- Comment élaborer ma cartographie d'actions ?
- Générer des prises de décisions par ceux qui, au niveau de la base, ont les meilleures connaissances et compétences pour faire avancer...

- LIEU**
Hôtel Ibis - Châtelailлон
- HORAIRES**
9h00 - 17h30 • 2 jours
- ANIMATEUR**
Jean-Pierre MARRIGUES
- FRAIS**
80 € TTC (repas inclus)
- DATES**
LUNDI 03 &
MARDI 04 DÉCEMBRE 2012
- INSCRIPTION JUSQU'AU**
Lundi 26 novembre 2012



Imagerie Numérique : RETOUCHE D'IMAGES ET MISE EN LIGNE

OBJECTIF

Avec un logiciel simple et gratuit, Picasa, être capable d'exploiter ses images numériques, faire des corrections simples et les mettre en ligne pour les partager.

PROGRAMME

Travail sur l'image :

- orientation, dimensions, teintes
- amélioration de la qualité de la photo
- retouches simples du contenu

Travail sur le partage :

- mise en ligne
- invitations

PRÉ-REQUIS

Toute personne souhaitant exploiter et partager des images numériques et ayant un minimum de pratique informatique.

LIEU

Hôtel Ibis - Châtelailлон

HORAIRES

9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR

Jean-Jacques TEXIER

FRAIS

40 € TTC (repas inclus)

DATE

LUNDI 03 DÉCEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU

Lundi 26 novembre 2012



PROGRAMME

Le montage

Découvrir et pratiquer Movie Maker :

- comprendre les bases de capture vidéo
- importer les vidéos, les photos et les sons, comprendre et gérer les formats de fichiers utilisés
- assembler les différents éléments, utiliser les effets et transitions
- insérer des titres et des génériques,
- générer la vidéo finale

Le partage

Découvrir les possibilités de YouTube :

- stocker vos vidéos en ligne
- publier et partager vos vidéos

PRÉ-REQUIS

Etre fluide dans l'utilisation des outils bureautiques basiques, de Windows et d'internet. Chaque participant peut amener son propre appareil photo ou vidéo (et les câbles nécessaires à la récupération des fichiers sur l'ordinateur).

Vidéo : le montage et le partage SUR INTERNET

OBJECTIF

Apn, caméscope, téléphone portable offrent des fonctions de capture vidéo. De nombreux sites Internet permettent de partager ces contenus qui sont également de plus en plus indispensables dans notre communication courante. Nous vous proposons de découvrir ces technologies afin de :

- savoir reprendre les contenus capturés, les enrichir puis monter l'ensemble pour produire un film
- partager ces vidéos
- valoriser vos produits auprès de vos clients dans vos e-mails et sur votre site.

LIEU

Hôtel Ibis - Châtelailлон

HORAIRES

9h00 - 17h30 • 1 journée

ANIMATEUR

Jean-Jacques TEXIER

FRAIS

40 € TTC (repas inclus)

DATE

LUNDI 10 DÉCEMBRE 2012

INSCRIPTION JUSQU'AU

Lundi 3 décembre 2012

INFOS PRATIQUES

Les actions de formation s'adressent à vous chef d'entreprise, à votre conjoint et à vos salariés.

Pour vous inscrire, retournez-nous rapidement le bulletin détachable (rempli recto/verso), avant les dates limites de réponse.

Dans la mesure du possible, toutes les demandes sont prises en compte.

Concernant les stages informatiques, les groupes ne dépassent pas 9 personnes (1 ordinateur par stagiaire). Aussi, une autre date peut vous être proposée.

TARIFS ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT :

- En votre qualité d'adhérent au CGA17, la plupart des formations vous sont facturées à seulement 40 € TTC par jour. Le Centre de Gestion prend à sa charge l'essentiel du coût pédagogique de ces actions.

Pour des raisons d'organisation, toute absence non signalée au minimum 48 heures avant le stage sera facturée.

IMPORTANT

Nous vous remercions de joindre votre règlement (encaissé après la formation) au bulletin d'inscription.

> 1 chèque par formation

- Pour les réunions d'information gratuites, un chèque de caution de 10 € vous est demandé à l'inscription. Il vous est restitué le jour de la conférence, mais encaissé en cas d'absence non signalée à l'avance.

Le coût de ces actions peut être pris en charge par votre fonds d'assurance formation.

De nombreuses formations peuvent intéresser les salariés au titre du D.I.F.

Appelez-nous au 05 46 27 64 22

BULLETIN D'INSCRIPTION

OCTOBRE / NOVEMBRE / DÉCEMBRE 2012

N° d'adhérent

Nom/Prénom ou Raison sociale

Activité

Adresse

Code postal

Ville

N° tél.

Fax

E-mail

Site

Date ... / / 2012

Signature

Pour tous renseignements,
contactez Vincent MEMIN au 05 46 27 64 22
Fax 05 46 41 48 09 - e-mail : v.memin@cga17.fr

CGA17 - 36 avenue de Mulhouse
BP 80329 - 17013 LA ROCHELLE cedex 1

FORMATIONS OCTOBRE / NOVEMBRE / DÉCEMBRE 2012

Pour chacun des stages choisis, indiquez les nom, prénom et fonction des participants

TITRE DE LA FORMATION / LIEU	Participant
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction
	Nom Prénom Fonction

Merci de bien vouloir faire parvenir vos règlements avec le présent bulletin.