

Prévisions 2024

adhara France 2024 : Votre succès, notre engagement !

adhara France affirme son engagement à vous accompagner dans la préparation de vos projets pour 2024. Nos équipes de spécialistes privilégient une approche personnalisée, adaptée à votre culture d'entreprise et à vos défis spécifiques.

La qualité de notre service à votre disposition :

Une analyse pertinente - Une offre de formation toujours enrichie

La qualité de nos équipes pédagogiques

Un suivi personnalisé - Une approche axée sur les résultats

Nos conseillers en formation sont à votre écoute pour vous accompagner dans la préparation de votre plan de développement des compétences 2024.

	Référent Harcèlement Sexuel et les agissements Sexistes	L'essentiel de la Législation sociale	Organiser les élections du CSE	Formation des membres de la CSSCT	Dialogue social face aux Risques Psychosociaux	Les fondamentaux de la relation commerciale	Gérer les insatisfactions et les conflits avec ses clients	Développer la qualité de la relation client	La vente additionnelle	SST Formation Initiale	SST Recyclage	Habilitation Électrique – BE Manoeuvre		
Relations Sociales	600.00 € HT	1100.00 € HT	600.00 € HT	2750.00 € HT	1100.00 € HT	1650.00 € HT	1100.00€ HT	1100.00€ HT	1100.00 € HT	320.00 € HT	160.00 € HT	390.00 € HT		
	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.	oct. nov. déc. janv.		
	20	11	20	20-21	22-23	20	4	4-8	16-17	15-16	16-17	11-12	22-23	
Perf. Commerciale														
Sécurité														

Retrouvez l'ensemble de nos programmes sur notre site adhara.fr

Formations Générales, Bureautique
Fonctions supports de l'entreprise, informatique
Communication Média et Multimédia
Techniques et Méthodes de Management
Communication interpersonnelle

Votre conseiller vous accompagne au **01 84 17 74 82**
Retrouvez l'ensemble de notre offre : adhara.fr



Massy
5 avenue Carnot
91300 - Massy



Orléans
Pôle 45 - 33 rue de l'Olivier
45770 - Saran

Organisme de formation enregistré sous le n° 24450269645 auprès du préfet de Région Centre-Val de Loire

Développement et Certification des compétences

Centre de Formation de Massy

Focus sessions Inter-entreprises
octobre 2023 - janvier 2024
adhara.fr

- Informatique - Bureautique
- Management - RH
- Communication - Outils Graphiques
- Gestion de projet
- Performance Commerciale

Formations disponibles
En **présentiel** ou à **distance**

La certification qualité a été délivrée
au titre de la catégorie Actions de Formation

Informatique	Business Intelligence - Introduction à la business Intelligence avec Power Bi et Power Query	980.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Mettre en place une solution de Business Intelligence. Combiner des données à partir de sources multiples et créer des rapports dynamiques.		30-31	23-24	11-12	22-23
	Power Automate	550.00 € HT		13		26
	Comprendre le principe de Power Automate. Construire des flux et à destination des appareils mobiles. Utiliser le centre d'administration de Power Automate.					
	Sharepoint Concepteur de site	1100.00 € HT			18-19	
	Créer des sites et sous-sites sur SharePoint / Office 365. Créer, personnaliser et sécuriser des listes et bibliothèques de documents. Créer des pages Web et des workflows basiques.					
	Sécurité informatique : Sensibilisation des utilisateurs	490.00 € HT		9		25
	Être sensibilisé aux menaces informatiques. Comprendre les problématiques liées à la sécurité informatique. Prendre conscience du rôle de chacun et adopter les bons réflexes					
	Réseaux TCP-IP Les Bases	1470.00 € HT	16-18		4-6	
	Connaître les bases réseau et TCP-IP. Pouvoir interconnecter les équipements en s'appuyant sur les protocoles normalisés. Pouvoir installer et dépanner les composants réseau.					
Wireshark : Audit - Analyse et dépannage des réseaux	3250.00 € HT		13-17		22-26	
Maîtriser l'outil Wireshark pour permettre d'analyser les flux d'un réseau afin de diagnostiquer et résoudre un problème réseau.						
CISCO CCNA	3890.00 € HT		6-10			
Mettre en œuvre et administrer des solutions réseaux						
Savoir installer et gérer un routeur Cisco.						
Microsoft 365 Administration pour les entreprises	1650.00 € HT	23-25		18-20	22-24	
Acquérir les compétences et connaissances nécessaires pour découvrir et mettre en œuvre la solution Microsoft 365 (Office 365) dans une entreprise.						
Hacking Ethique	3250.00 € HT	9-13			15-19	
Comprendre les techniques des pirates informatiques afin de pouvoir contrer leurs attaques.						
PHP - Introduction	1470.00 € HT		6-8		29-31	
Créer des sites dynamiques avec PHP 5. Accéder aux sources de données externes sur toute plateforme du marché.						
Langage C++ Fonctions de base	2750.00 € HT	9-13		18-22		
Acquérir et maîtriser le langage C++. Apprendre à réaliser des applications réutilisables. Apprendre les mécaniques du polymorphisme et de l'héritage.						
Programmation PYTHON - Fonctions de base	2750.00 € HT				15-19	
Maîtriser tous les mécanismes nécessaires au développement d'applications avec Python. Connaître les principales fonctionnalités de la bibliothèque de modules.						
ITIL4 Fondamentaux et certification	1890.00 € HT		13-15		10-12	
Identifier et maîtriser les concepts d'ITIL. Connaître les pratiques d'une gestion efficace d'un service informatique. Certification optionnelle.						

Bureautique	L'essentiel de la bureautique	1160.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Acquérir les fonctions de base des principaux logiciels bureautiques du pack Office.				4-5	
	Word : Fonctions de Base - CPF ✓	580.00 € HT	2-3	16-17		8-9
	Créer un document, le mettre en forme, en page, l'imprimer. Gérer des documents de plusieurs pages, améliorer la présentation.					
	Word : Fonctions Avancées - CPF ✓	580.00 € HT	2-3	16-17		22-23
	Perfectionner son utilisation de Word, gérer les documents longs. Manier le publipostage facilement.					
	Excel : Fonctions de Base - CPF ✓	580.00 € HT	5-6	9-10	7-8	11-12
	Construire et mettre en forme des tableaux avec des formules de calcul, mettre en page, imprimer et créer un graphique.					
	Excel : Fonctions Avancées - CPF ✓	580.00 € HT	16-17	20-21	18-19	25-26
	Se perfectionner dans les formules, aller plus loin avec les graphiques. Maîtriser les bases de données et les tableaux croisés dynamiques.					
Excel VBA - CPF ✓	1050.00 € HT	2-4	20-21	18-19	30-31	
Développer des applications en mettant en œuvre le langage VBA.						
Powerpoint : Fonctions de Base - CPF ✓	290.00 € HT	6		13		
Créer un diaporama attractif et structuré avec Powerpoint.						
Powerpoint : Fonctions avancées - CPF ✓	290.00 € HT		27		25	
Donner de l'impact à ses présentations et dynamiser ses réalisations.						
Outlook : Fonctions avancées - CPF ✓	290.00 € HT	20	10		26	
Utiliser sa messagerie électronique en mode collaboratif.						

Retrouvez l'ensemble de nos programmes sur notre site adhara.fr

Outils Graphiques	Autocad - Fonctions de Base - CPF ✓	1950.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Appréhender la méthodologie du travail et utiliser les commandes de base d'Autocad. Être apte en fin de session à effectuer un travail autonome sur ce logiciel.				18-22	
	Google Sketchup	1470.00 € HT		20-22		10-12
	Concevoir des scènes 3D en importation et exportation avec animations et images.					
	Photoshop - Fonctions de Base - CPF ✓	1170.00 € HT	11-13		11-13	15-17
	Découvrir le traitement des images numériques ainsi que leur séparation quadrichromie. Acquérir une méthode de travail professionnelle.					
	InDesign - Fonctions de Base - CPF ✓	1170.00 € HT		6-8		29-31
	Connaître et mettre en œuvre les fonctionnalités de InDesign. Acquérir les notions fondamentales de mise en page.					
	Illustrator - Fonctions de base - CPF ✓	1170.00 € HT	23-25		4-6	
	Connaître et maîtriser toutes les phases de la production avec Illustrator.					
Adobe Première	1470.00 € HT		13-15		17-19	
Maîtriser les fonctionnalités d'un système de montage virtuel ainsi que les règles élémentaires du montage PREMIERE.						
Animate - Fonctions de Base	1470.00 € HT		20-22		29-31	
Créer une animation Adobe Animate Flash. Importer et créer des graphiques. Utiliser des outils de dessin Animate Flash...						

Communication	Se réconcilier avec le français - CPF ✓	1560.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Dépasser ses complexes et blocages en analysant l'origine de ses fautes. Reprendre les principales règles d'orthographe, de grammaire, de conjugaison.		23-25		18-20	
	Prendre des notes et rédiger un compte-rendu	1040.00 € HT		20-21		15-16
	Noter et restituer l'essentiel d'une réunion, d'un événement ou d'une situation.					
	Prendre la parole en public	980.00 € HT	12-13		4-5	
	Approfondir les techniques d'expression orale afin de développer sa compétence d'expression. Acquérir une aisance de communication en public.					
	Communiquer en situations difficiles	980.00 € HT		6-7		22-23
	Maîtriser les techniques de communication et de gestion de situations difficiles. Savoir désamorcer un conflit. Préserver les relations interpersonnelles.					
	Établir une communication et des relations positives	1040.00 € HT			14-15	
	Augmenter l'efficacité de ses relations de travail afin de maîtriser les situations relationnelles sensibles. Palier aux réactions d'agressivité, de passivité et de manipulation.					
Gestion des appels téléphoniques difficiles	1040.00 € HT	16-17		11-12		
Identifier le comportement de l'interlocuteur afin de gérer efficacement les entretiens conflictuels. Garantir un traitement professionnel des appels.						
Animer une Conférence	1040.00 € HT		13-14		29-30	
Préparer et structurer son intervention. Comprendre et maîtriser les techniques d'animation de conférencier. Acquérir une aisance de communication et impacter son auditoire.						
Formation de formateur	1040.00 € HT	5-6		14-15		
Comprendre et mettre en place une progression pédagogique afin de transmettre des compétences. Acquérir la méthodologie pour créer des outils et supports efficaces.						

Focus sur la formation...

Développer son assertivité et favoriser les relations positives

L'assertivité est l'aptitude à s'exprimer avec confiance et respect. C'est le catalyseur de résultats mutuellement bénéfiques. Cette formation de 2 jours vise à guider les participants vers l'intégration de cette compétence essentielle dans les comportements professionnels.

Objectif premier de cette action : Maîtriser les réactions face à diverses personnalités, même les plus exigeantes, tout en maintenant une perspective de collaboration "gagnant-gagnant".

Nos équipes sont à votre écoute pour vous détailler notre approche !

Ressources Humaines	Techniques de base pour recruter sans se tromper	1100.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Établir le cadre de son processus de recrutement en adéquation avec les enjeux de l'entreprise. Comprendre et maîtriser les différentes phases du recrutement.				20-21	
	Services RH - Mettre en œuvre les entretiens professionnels	1100.00 € HT		23-24		15-16
	Intégrer l'entretien professionnel comme un outil de GRH au carrefour entre les évolutions stratégiques de l'entreprise, les attentes des salariés et la gestion des compétences.					
	Préparer sa retraite : Gestion Administrative et Financière	490.00 € HT		6		15
	Réforme 2023 : Se positionner par rapport aux droits acquis et à sa situation personnelle pour définir le moment de son départ et les possibilités pour améliorer sa retraite de base.					
	Développer son assertivité, favoriser les relations positives	1040.00 € HT		9-10	19-20	
	Intégrer l'assertivité dans ses comportements afin d'obtenir des résultats «gagnants-gagnants».					
	Développer l'estime de soi et la confiance en soi	1040.00 € HT	9-10		11-12	
	Comprendre les mécanismes de l'estime de soi et de la confiance en soi de manière à s'affirmer en respectant autrui.					
Gestion des tensions et des conflits	1040.00 € HT	12-13		4-5		
Apprendre à anticiper, comprendre et désamorcer les situations de mésentente et d'incompréhension pouvant dégénérer en conflits individuels ou collectifs.						
Optimiser son temps et ses priorités	1040.00 € HT		13-14		22-23	
Acquérir les outils et méthodes en termes d'organisation de travail et de gestion du temps.						
La compétence bien-être : plus efficace et plus heureux	1180.00 € HT	16-17		18-19		
Développer ses capacités à maintenir un état de bien-être mental et employer ce levier comme facteur de performance et de réussite.						

Management	Le Management de Proximité - CPF ✓	1040.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Développer sa compétence d'encadrement intermédiaire. Acquérir des techniques de management de proximité.		12-13	16-17	7-8	22-23
	Favoriser la performance collective par la cohésion d'équipe	1100.00 € HT		20-21		15-16
	Analyser le fonctionnement d'une équipe de travail. Définir les objectifs et résoudre les problèmes en équipe. Favoriser la réussite du groupe par les leviers de la cohésion.					
	Renforcer sa performance managériale - CPF ✓	1100.00 € HT	12-13		11-12	
	Développer la gestion de la relation avec ses collaborateurs directs. Acquérir des outils, méthodes et diagnostics adaptés à un management efficace au quotidien.					
	Développer son leadership	1650.00 € HT		20-22		29-30
	Mieux percevoir son style de leadership, sa manière d'interagir. Donner du sens à ses objectifs, développer sa capacité de conviction. Savoir donner envie, motiver et fédérer.					
	Le référent technique	1100.00 € HT	30-31		4-5	
	Comprendre et assurer le rôle de "spécialiste métier" au sein d'un groupe de travail. Développer sa communication dans un environnement hiérarchie ou non-hiérarchie.					
Savoir déléguer et responsabiliser efficacement	1100.00 € HT	16-17		18-19		
Comprendre et maîtriser les techniques de la délégation. Adapter sa délégation à son style managérial et favoriser l'autonomie des collaborateurs.						
Le Management Transverse	1100.00 € HT		9-10		18-19	
Situer sa fonction et mettre en œuvre les conditions d'un management transversal efficace. Animer et motiver une équipe en situation de management fonctionnel. Manager en mode projet et coordonner un travail d'équipe issue de différents services.						

Gestion de projet	Conduire et gérer un projet	1650.00 € HT	oct.	nov.	déc.	janv.
	Connaître les conditions et les caractéristiques du travail en mode projet. Maîtriser les techniques pour planifier, suivre, et capitaliser l'expérience de la gestion de projet.			6-8		29-31
	Gestion de projet : Maîtriser la gestion multi-projets	550.00 € HT	11		13	
	Optimiser les méthodes d'encadrement et la synergie entre les projets. Maîtriser les outils et les tableaux de bord de la conduite multi-projets.					
	Le Design Thinking au service de mon projet	1650.00 € HT	16-18		22-24	
	Comprendre l'importance de la démarche centrée usage dans un projet de conception de service. Maîtriser les points clés et la méthodologie de la mise en œuvre du Design Thinking.					
	PRINCE2 Foundation & Practitioner + Certification	3250.00 € HT	9-13		4-8	
	Maîtriser les meilleures pratiques de la méthode PRINCE2 dans la gestion de ses projets. Passer les examens PRINCE2 Foundation et Practitioner.					
	MS Project Fonctions de base	980.00 € HT		27-28		15-17
	Acquérir les compétences et connaissances nécessaires pour découvrir et mettre en œuvre les fonctionnalités du logiciel de gestion de projet MS Project dans une entreprise.					

Retrouvez l'ensemble de nos programmes sur notre site adhara.fr