

Votre réussite nous intéresse !

Formations Mars - Avril 2012



CGAction

Nouvelle Génération

16, avenue Jean Jaurès - B.P. 28
35401 Saint-Malo Cedex
site : www.cgaction.fr

Inscription :
nouvelles règles
(voir en dernière page)

NOUVEAU

L'aromathérapie

Depuis la nuit des temps, ces huiles ont un pouvoir et jouent un rôle important sur nos comportements. Ces fragrances ont des répercussions positives sur l'organisme et peuvent calmer l'anxiété ou atténuer les tensions.

- Comment utiliser les huiles essentielles ?
- Quels sont les critères de qualité ?

Malgré leurs parfums doux, chauds ou fleuris, elles doivent être utilisées avec précaution.

Venez découvrir les bienfaits des huiles essentielles.

---> **Animatrice : Catherine LEU**

de 8 h 45 à 17 h - Thermes Marins de Saint-Malo
(avec accès au parcours aquatonic)
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)



IMPORTANT

Bien préparer son arrêt d'activité

Dès à présent venez prendre connaissance des démarches à effectuer pour connaître les conséquences de votre cessation d'activité.

Les différents aspects d'une cessation d'activité avec ou sans repenseur (départ à la retraite, apport en société, changement d'activité...) :

- juridiques : formalités,
- fiscaux : plus-values, impôts, exonérations,
- sociaux : salariés, cotisations,
- personnels : cumul emploi-retraite, nouvelle vie.

Un arrêt d'activité se prépare.

Quand le moment arrivera vous serez prêt et informé pour gérer au mieux cette situation.

---> **Animateur : Thierry GOUJIL**

de 14 h à 17 h 30 - CGAction à Saint-Malo
Frais de participation : 15 € TTC

lundi 12 ou mardi 13 mars 2012



COMMERCIAL / COMMUNICATION

NOUVEAU

L'improvisation

L'improvisation est de plus en plus sollicitée dans la communication des entreprises.

Elle favorise l'écoute des autres, le partage des idées, la réactivité, l'imagination...

Notre formatrice, comédienne professionnelle, vous donnera les clés d'une improvisation réussie :

- développez votre écoute active, et votre sens de la répartie,
- réagissez avec aisance aux situations inattendues,
- apprenez à vous surpasser, à prendre des risques...

Une formation enrichissante, pour vous donner plus de confiance dans votre communication quotidienne.

---> **Animatrice : Emmanuelle RIOTTE**

de 8 h 45 à 17 h - Thermes Marins de Saint-Malo
(avec accès au parcours aquatonic)
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

lundi 12 ou mardi 13 mars 2012



INFORMATIQUE / INTERNET

NOUVEAU

Les réseaux sociaux pour l'entreprise

Vous souhaitez promouvoir un événement, une information ou encore votre notoriété en utilisant les réseaux sociaux ?

Une formation concrète pour vous aider à :

- pratiquer : création du profil, invitation, personnalisation...
- découvrir toutes les applications possibles,
- choisir les bons réseaux,
- connaître leurs limites et dangers.

Le nombre de participants est limité, nous prendrons les premiers inscrits.

---> **Animateur : Roland PETIT**

de 8 h 45 à 17 h - CGAction à Saint-Malo
Frais de participation : 65 € TTC
(déjeuner inclus)

NOUVEAU

La lecture rapide

Lire vite, saisir l'information et retenir l'essentiel.

Une nouvelle façon de lire avec laquelle vous gagnerez en temps, en concentration, en performance et en plaisir !

Venez découvrir :

- les techniques de survol, de lecture verticale, explorative ou écrémante,
- la lecture de la presse, ou recherche sur Internet,
- comment synthétiser un rapport au plus vite...

Vous explorerez plusieurs techniques qui vous aideront à optimiser votre temps de lecture.

---> **Animateur : Sébastien BONIFAS**

de 8 h 45 à 17 h – Thermes Marins de Saint-Malo
(avec accès au parcours aquatonic)
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

NOUVEAU

Le cumul emploi-retraite

Vous souhaitez cumuler votre pension de retraite avec un revenu d'activité, c'est possible.

Quelles en sont les conditions ?

- Quel régime de retraite : salarié ? Non salarié ?
- Liquidation des pensions, âge, cessation d'activité, conditions de ressources, délai avant reprise d'activité...
- L'activité poursuivie peut-elle être salariée ou non salariée ?

Venez vous informer.

---> **Animateur : Jean-Marc HUBERT**

de 20 h à 22 h - CGAction à Saint-Malo
Frais de participation : gratuit

lundi 26 mars pour les commerçants et artisans
ou mardi 27 mars pour les prestataires de services



GESTION / ORGANISATION

NOUVEAU

Suivre la rentabilité de son entreprise

Cette formation, qui ne nécessite pas de connaissances comptables particulières, est destinée à tout chef d'entreprise soucieux de suivre régulièrement le résultat de son activité.

Une formation pratique avec des notions simples pour concevoir un mini tableau de bord qui vous permettra de suivre et d'analyser la rentabilité de votre entreprise.

Une formation concrète qui s'appuiera sur les données de votre dossier de gestion et bilan.

→ Animatrice : Michèle DAHAN

de 8 h 45 à 17 h - Best Western Balmoral de Saint-Malo
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

lundi 2, mardi 3, mercredi 4,
ou jeudi 5 avril 2012



INFORMATIQUE / BUREAUTIQUE

REPROGRAMMÉ
SUITE SUCCÈS

Formation informatique personnalisée

Nouvelle formule idéale pour progresser (ou débiter) en informatique : vous aurez un formateur à votre disposition sur un logiciel bureautique de votre choix : Word, Excel, PowerPoint ou initiation Windows.

- Vous travaillerez à votre rythme et en fonction de vos besoins (déterminés par un questionnaire préalable) pour un perfectionnement adapté à vos attentes.
- Également pour ceux qui souhaitent s'initier à l'informatique, c'est le moment de profiter de cette opportunité.
- Cette formule a été testée par nos soins et a fait l'unanimité des participants.

*Le nombre de participants est limité,
nous prendrons les premiers inscrits.*

→ Animateur : Société CAPORDI

de 8 h 45 à 17 h - CGAction à Saint-Malo
Frais de participation : 65 € TTC
(déjeuner inclus)

lundi 2 ou mardi 3 avril 2012

VIE PRATIQUE / DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

NOUVEAU

Initiation aux premiers secours

Savoir porter les premiers secours à une personne en difficulté (un client s'étouffe dans un restaurant, un ouvrier tombe sur un chantier, une personne s'évanouie devant vous...).

- Comment protéger la victime et alerter les secours ?
- Que faire en cas d'étouffement ? en cas de saignement abondant ?
- Si la personne est inconsciente ?
- Si elle ne respire plus ?
- Si elle se plaint (malaise, traumatisme...) ?

Une formation indispensable et essentiellement pratique, qui assure l'apprentissage des gestes à l'aide de cas concrets de simulations d'accidents.

→ **Animateur : Cyril GROSSET**

de 8 h 45 à 17 h - Hôtel Kyriad à la Richardais
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

lundi 23 ou mardi 24 avril 2012



VIE PRATIQUE / COMMUNICATION

NOUVEAU

Vivre autrement les conflits relationnels

Venez apprendre à aborder et à vivre plus positivement les situations de conflits dans le domaine professionnel et affectif.

Selon le « principe de similitude » que l'on retrouve dans les Contes de Fées, vous verrez comment changer votre regard sur les conflits, pour les résoudre plus facilement.

Cette formation vous fera découvrir des possibilités de communication et d'échanges insoupçonnées.

La réussite de notre vie professionnelle et personnelle est aussi fonction de la qualité de nos relations.

→ **Animatrice : Anna CANTAVENERA**

de 14 h à 17 h - Thermes Marins de Saint-Malo
(avec accès au parcours aquatonic)
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

lundi 23 ou mardi 24 avril 2012

CI

COMMERCIAL / COMMUNICATION

NOUVEAU

Défendre ses prix sans renoncer à sa marge

Venez apprendre à justifier vos tarifs en valorisant commercialement votre offre.

Venez découvrir comment :

- savoir répondre aux objections des clients,
- acquérir des techniques de négociations qui facilitent l'acceptation de vos prix, sans nuire à votre marge,
- valoriser vos produits.

Présentation de techniques de négociations commerciales directement transposables à votre entreprise, et travaux sur cas réels rencontrés par les participants.

... ❖ **Animateur : Nasser NEGROUCHE**

de 8 h 45 à 17 h - Hôtel Kyriad à la Richardais
Frais de participation : 45 € TTC
(déjeuner inclus)

du 16 au 23 septembre 2012

SÉMINAIRE-FORMATION

Séjour en CRÈTE

Son agréable climat méditerranéen et ses paysages surprenants de beauté...



Nous vous proposons une semaine de vacances studieuses, un séjour agréable couplé à une formation enrichissante.

Deux thèmes au choix :

- « **Comment gagner des clients et les fidéliser ?** » avec Christian GRAVIER
ou
- « **Comment faire fructifier son capital joie de vivre ?** » avec Marie QUAIREL-LOURY

Venez joindre l'utile à l'agréable avec notre formule séjour-formation au succès et à la bonne ambiance garantis.

... ❖ **975 € en pension complète (formule tout compris)**

Pour vous inscrire, ne tardez pas à demander la documentation



Bénéficiez du crédit d'impôt formation :

Pour toutes les formations ayant la mention **CI**, votre temps passé à la formation sera rémunéré (par un crédit d'impôt) sur la base du SMIC horaire.

Exemple : pour 7 heures de formation, vous aurez :
7 heures X 9,22 € (SMIC horaire) = 64,54 €

Cet avantage financier vient en diminution de votre impôt annuel. Il est plafonné à 40 heures de formation par an (soit : 369 € de gain d'impôt).



Votre interlocutrice : Isabelle Charron



Tél. : 02 99 56 63 44

Fax : 02 99 40 01 63

e-mail : icharron@cgaction.fr

Pour toutes informations,
n'hésitez pas à me contacter !

Inscription : 2 nouvelles règles

- 1 - Les inscriptions seront prises en compte par ordre d'arrivée et **uniquement** si elles sont accompagnées du ou des règlement(s).
- 2 - En cas d'annulation, merci de nous prévenir **8 jours avant la formation**. Dans le cas contraire, votre règlement sera encaissé.