

Programme de formations et journées d'informations

de septembre 2026 à juin 2027



A vos côtés
pour développer
vos compétences
et réussir vos
projets !



Gescolia
Votre organisme de gestion

 **acoGera**
by Gescolia
Organisme de Gestion

Quelques informations :

- Nos formations sont ouvertes au **chef d'entreprise** mais également à son **conjoint** et ses **salariés**.
- Vous pouvez retrouver tous les détails et programmes complets des formations sur www.gescolia.fr dans l'onglet Formations.
- Nos formateurs sont des **experts**, à la fois de leur sujet et de la pédagogie.
- Nous choisissons des **thèmes variés** afin de répondre au mieux à vos attentes en tant que dirigeants mais aussi pour vos équipes en matière de fiscalité, gestion, communication, informatique mais également d'innovation ou autour de l'efficacité professionnelle.
- Pour assurer votre confort et la qualité des formations, le nombre de **places** est **limité**.
- Afin de vous accueillir dans des conditions optimales, vous pouvez télécharger notre **livret d'accueil** et le **règlement intérieur** sur notre site Internet.

Organisme de formation et certification Qualiopi :

Gescolia est désormais organisme de formation dont la déclaration d'activité est enregistrée sous le numéro 52490514249 auprès du préfet de région de PAYS-DE-LA-LOIRE. Nous avons obtenu la certification Qualiopi en décembre 2025 pour nos actions de formations.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes : **ACTIONS DE FORMATION**

Cette certification vous permet désormais de bénéficier d'une prise en charge des coûts pédagogiques par vos organismes collecteurs tels que les FAF, FIF-PL, FAFSEA... et les OPCO pour vos salariés.

Dans le programme de formation, dès que vous voyez le logo :  Cela signifie qu'une demande de prise en charge peut être demandée. Afin de faciliter vos démarches, nous pouvons préparer et déposer votre dossier de demande de prise en charge.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour vous inscrire, vous pouvez au choix :

(L'inscription doit avoir lieu minimum 7 jours avant la formation)

 Remplir le formulaire en ligne en cliquant sur le bouton « Je m'inscris » sur www.gescolia.fr onglet « Formations ».

 Nous adresser un mail à formation@gescolia.fr

 Utiliser votre espace Extranet : www.gescolia.fr -> Mon espace personnel -> Les formations

Modalités :

- Pour les formations payantes, l'inscription ne sera **définitive** que si elle est accompagnée du chèque ou du virement bancaire correspondant. Afin de simplifier votre comptabilité et la nôtre, **merci d'établir un chèque ou un virement par formation.**
- En cas **d'annulation** moins de 24 heures avant la date du stage, nous nous réservons le droit de conserver votre règlement, des désistements de dernière minute pouvant pénaliser des participants figurant sur une liste d'attente.
- Concernant les **visioconférences gratuites** de notre partenaire e-consult que nous vous proposons par mail tous les mois, en cas d'annulation 24 heures avant le début de la formation ou d'absence de connexion injustifiée, nous vous facturerons 30€ à titre de dédommagement pour les frais engagés.
- Tous nos prix sont **toutes taxes comprises.**

 Pour plus de convivialité, les **repas du midi** sont pris en commun avec tous les participants. Pour les formations d'une journée ou plus, le repas sera à la charge de Gescolia.

 Nos locaux sont accessibles aux **personnes en situation de handicap.**

En cas de **besoin spécifique**, nous vous remercions de prendre contact avec nos services pour vous assurer de la possibilité de vous accueillir et organiser votre participation dans les meilleures conditions.

SOMMAIRE

Les formations et journées d'informations en présentiel et en visio :

Communiquez juste et vrai avec soi et l'autre grâce aux accords toltèques.....	6
Excel niveau débutant.....	7
Quels réseaux sociaux pour développer mon activité ?	8
Facilitation graphique : dessinez vos idées pour mieux communiquer.....	9
Mieux se connaître avec l'ennéagramme pour mieux interagir.....	10
Convaincre sans forcer : les clés d'un entretien commercial efficace.....	11
La fiscalité du véhicule professionnel du professionnel libéral.....	12
Professionnels libéraux : Quels frais déduire de votre bénéfice ?.....	13
Financer au mieux son véhicule crédit-bail, location ou emprunt.....	14
Aborder sereinement la retraite	15
Comment bien recruter ? (Employé, prestataire, stagiaire)	16
Confiance en soi : mieux se connaître et s'accepter.....	17
Devenez Sauveteur Secouriste du Travail.....	18
Conduite du véhicule utilitaire perfectionnement sur circuit.....	19
Maintien et Actualisation des Compétences du SST	20
Soulager vos émotions à l'aide des fleurs du Dr Bach	21
Les différents entretiens (Recadrage, individuel, professionnel)	22
Comment réguler et dépasser ses peurs ?.....	23
Excel niveau intermédiaire.....	24
Valorisez votre image professionnelle	25
Créez et publiez du contenu sur les réseaux sociaux avec l'IA	26
Développez votre sens de la répartie.....	27
Sensibilisation à l'éco-conduite sur véhicules thermiques	28
Sensibilisation à l'éco-conduite sur véhicules électriques	29
Régulez vos états internes avec la couleur (chromothérapie).....	30
Créez des supports de communication avec Canva.....	31

SOMMAIRE (SUITE)

Devenez Secouriste du Travail en Santé Mentale..... 	32
Construisez une communication efficace sur Instagram..... 	33
Un système éprouvé pour classer et stocker ses papiers physiques et num.....	34
Osez prendre la parole et captivez votre auditoire.....	35
Gestion du temps et des priorités..... 	36
Facturation électronique et mentions obligatoires sur les factures	37
Le mindmapping : une approche visuelle pour structurer sa pensée..... 	38
Excel niveau Perfectionnement..... 	39
Créez et diffusez des réels impactants..... 	40
Prise de parole : module 2 renforcez votre présence et incarnez votre discours..	41
Accordez votre rythme avec la roue de l'année et les cycles lunaires.....	42
Les services Gescolia et Acogera by Gescolia.....	43

Lexique pour les pages suivantes :

Offre globale : Adhérent dont la cotisation comprend l'accompagnement et l'analyse de votre entreprise avec un positionnement par rapport aux statistiques de votre profession, une veille juridique et fiscale, un accès gratuit à OGA-DYNABUY et des formations à tarif préférentiel.

Offre mono-service : Adhérent dont la cotisation ne comprend que l'accès au logiciel de plateforme de facturation électronique ou à la souscription d'un Examen de Conformité Fiscale (ECF).

COMMUNIQUEZ JUSTE ET VRAI AVEC SOI ET L'AUTRE GRÂCE AUX ACCORDS TOLTÈQUES



Et si la qualité de votre communication devenait votre meilleur outil de management ?



DATE & LIEU

Vendredi
25/09/2026 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Valérie Malard
La Fab du Sens au Taf



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gesolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Reconnaître les « poisons » des relations intrapersonnelles et interpersonnelles et imaginer les antidotes idéaux contre ces poisons
- Comprendre le processus de l'entonnoir de la communication et de ses biais
- Découvrir et appliquer la sagesse des 5 accords Toltèques au travail comme dans sa vie personnelle

Programme de la formation

- Partir du « pire » en matière de communication pour imaginer le « mieux »
- L'entonnoir de la communication et le principe de réalité déformée.
- Compréhension des émotions et de leur langage
- L'Histoire des Toltèques et de leur sagesse basée sur les 5 Accords : Ni juge, ni victime !
- Jouer aux Accords à partir de situations au travail ou dans la vie en dehors du travail
- Se fixer (de son mieux) des objectifs de progression dans sa communication avec soi et avec l'autre

Pour aller plus loin : L'ennéagramme p.10, Convaincre sans forcer p.11

EXCEL NIVEAU DÉBUTANT



Maîtrisez les bases d'Excel pour gagner en efficacité au quotidien.



DATES & LIEUX

Lundi 28/09/2026 à
Angers
Mardi 29/09/2026
à Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Idriss BOUGARRAM
Iboo Technologies



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Découvrir l'environnement d'Excel
- Savoir créer, modifier et mettre en forme un tableau
- Comprendre les bases des formules et des fonctions
- Gagner en efficacité avec les outils de base

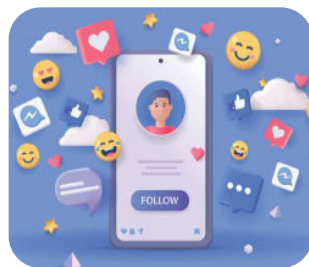
Programme de la formation

- Prise en main de l'interface et création d'un tableau simple
- Organiser ses données (police, alignement, couleurs, bordures, sauvegarde...)
- Opérations de base et fonctions simples (SOMME, MOYENNE, MIN, MAX)
- Gestion des feuilles et des classeurs
- Tris et filtres
- Graphiques simples
- Exercices pratiques et mini-projet : reproduction d'un tableau avec calculs et mise en forme

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin : Excel intermédiaire p.24, Excel perfectionnement p.39

QUELS RÉSEAUX SOCIAUX POUR DÉVELOPPER MON ACTIVITÉ ?



Apprenez à communiquer efficacement sur les réseaux sociaux pour gagner en visibilité et attirer de nouveaux clients.



DATES & LIEUX

Jeudi 01/10/2026 à
Angers
Lundi 05/10/2026 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Antoine JAMBART
BOOMERANG CONSEIL



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Identifier ce qu'est véritablement un réseau social et quels sont ses leviers de performance
- Choisir le bon réseau social selon son activité : Facebook, Instagram, LinkedIn, TikTok, X...
- Créer son compte et le configurer
- Animer son réseau social au quotidien et publier du contenu qui fera réagir

Programme de la formation

- Qu'est ce qu'un réseau social en 2026 ?
- Les 3 leviers de performance
- Panorama des réseaux sociaux, leurs différences, leurs usages et leurs cibles
- Création de votre compte et son paramétrage
- Les publications : de quoi parler (fond) ? sous quelle forme ?
- Mettre à contribution l'IA générative pour créer des contenus plus riches
- Définir et mettre en place sa routine ciblée
- Mesurer sa performance : quels indicateurs suivre et comment les interpréter ?
- Plan d'action personnel

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin : Les réseaux sociaux avec l'IA p.26

FACILITATION GRAPHIQUE : DESSINEZ VOS IDÉES POUR MIEUX COMMUNIQUER



Un dessin vaut parfois mieux qu'un long discours : découvrez comment rendre vos réunions plus efficaces !



DATE & LIEU

Vendredi
02/10/2026 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Sabine BERTRAND
La Fab du Sens au Taf



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



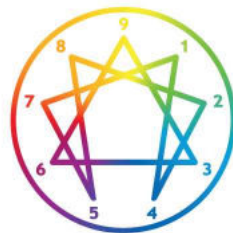
- Utiliser les techniques de la facilitation visuelle pour organiser et communiquer efficacement des informations
- Créer des supports visuels simples et structurés afin de faciliter la compréhension, la collaboration et la prise de décision
- Appliquer les principes de la facilitation visuelle pour animer des réunions ou des projets de manière plus interactive.

Programme de la formation

- Découverte de la facilitation visuelle et ses apports dans la communication
- Les bases du langage graphique (pictogrammes, personnages, connecteurs et typographie)
- Structurer visuellement les informations pour faciliter leur compréhension
- Traduire l'écoute active en représentations visuelles
- Utiliser la facilitation visuelle pour animer des réunions, ateliers et séances de brainstorming
- Construire des supports visuels efficaces
- Exemple de mise en situation professionnelle

Pour aller plus loin : Le Mindmapping p.38, Le sens de la répartition p.27

MIEUX SE CONNAÎTRE AVEC L'ENNÉAGRAMME POUR MIEUX INTERAGIR



Développez une meilleure connaissance de vous-même pour renforcer votre communication et votre leadership.



DATES & LIEU

Les Lundis 5 et
12/10/2026 à Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

2 journées (14 h)



FORMATEUR

Laurence HUGOT
La Fab du Sens au Taf



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

120€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

300€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Découvrir les fondations de l'Ennéagramme et comprendre ses grands principes
- Identifier les 9 profils de personnalité et leurs dynamiques principales
- Commencer à repérer son propre profil
- Explorer comment l'Ennéagramme peut devenir un levier de clarté, d'équilibre et d'alignement personnel et professionnel

Programme de la formation

Explorer les fondations de l'Ennéagramme

- Origines, sens et cadre de l'Ennéagramme
- Les 9 profils : comprendre leurs motivations, leurs forces et leurs points de vigilance
- Premiers repères pour reconnaître son profil à travers des exemples concrets

De la connaissance à la mise en mouvement

- Exercices pratiques, mises en situation et auto-observation guidée
- Synthèse et plan d'ancrage personnel : comment continuer à avancer après la formation

Pour aller plus loin : La Chromothérapie p.30, La confiance en soi p.17

CONVAINCRE SANS FORCER : LES CLÉS D'UN ENTRETIEN COMMERCIAL EFFICACE



On a beau maîtriser son métier, parler de ses offres et répondre aux objections peut sembler être un vrai défi. Il est facile de s'éparpiller, de trop en dire ou de se sentir en difficulté face à nos clients.



DATES & LIEUX

Les 02 et 03/11/2026

à Angers

Les 11 et 12/03/2027

à Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

2 journées (14 h)



FORMATEUR

Fanny WILLIAM

Fanny William

Consulting



TARIF ADHÉRENT

OFFRE GLOBALE :

120€



TARIF ADHÉRENT

MONO SERVICE ET

NON ADHÉRENTS :

300€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Structurer ses échanges commerciaux
- S'approprier une méthode simple pour répondre aux objections avec clarté et confiance
- Développer une posture professionnelle stable et affirmée face au client
- Repérer les signaux favorables à la conclusion de la vente

Programme de la formation

- Comprendre le cycle de vente et ses enjeux
- Présentation des 5 étapes : prise de contact, découverte, création de lien, gestion des objections, conclusion
- Travail de la posture d'accueil et de la première impression
- Pose d'un cadre clair et professionnel
- Techniques de questionnement ouvert et reformulation
- Gestion des objections avec assertivité
- Identification des signaux d'achats non verbaux
- Proposer, reformuler, valider sans forcer
- Mises en situation tout au long de la journée

Pour aller plus loin : Etre à l'aise à l'oral p.35, L'image de soi p.25

LA FISCALITÉ DU VÉHICULE PROFESSIONNEL DU PROFESSIONNEL LIBÉRAL



Optimisez les frais liés à votre véhicule en maîtrisant les règles fiscales qui s'appliquent à votre activité.



DATE & LIEU

Mardi 03/11/2026
Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

14h-16h



DURÉE

2 h



FORMATEUR

Bruno PIPAUD,
Gescolia



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
30€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



PUBLIC

Professions libérales
soumises au régime
de la déclaration
contrôlée

Objectifs professionnels

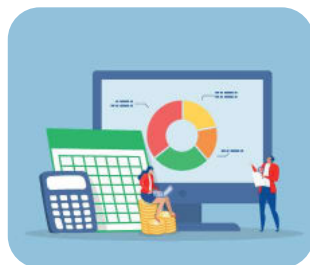
- Savoir faire un choix éclairé entre les frais réels et les frais kilométriques
- Maîtriser l'essentiel de la déductibilité de ces 2 systèmes de déductions
- Connaître le B.A.BA de la TVA déductible du véhicule professionnel

Programme de la formation

- Que déduire exactement dans le cadre des frais réels ?
- Comment fonctionne le système des indemnités kilométriques ?
- Quel est le meilleur choix entre frais réels et indemnités kilométriques ?
- Est-il possible de passer de l'un à l'autre ?
- Quelle déduction de TVA sur l'achat du véhicule et les frais y afférents ?

Cela peut aussi vous intéresser : Le financement du véhicule p.14

PROFESSIONNELS LIBÉRAUX : QUELS FRAIS DÉDUIRE DE VOTRE BÉNÉFICE ?



Optimisez la déduction de vos dépenses professionnelles tout en sécurisant vos pratiques fiscales.



DATE & LIEU

Judi 05/11/2026
Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

14h-16h



DURÉE

2 h



FORMATEUR

Bruno PIPAUD
Gescolia



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

30€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



PUBLIC

Professions libérales
soumises au régime
de la déclaration
contrôlée

Objectifs professionnels

- Identifier les conditions de déduction des dépenses professionnelles
- Savoir faire la distinction entre les frais et les immobilisations
- Connaître les particularités de déduction de certains frais pouvant poser problème
- Connaître le traitement approprié aux frais mixtes

Programme de la formation

- Les conditions de fond et de forme pour pouvoir déduire les dépenses de votre bénéfice
- Faire la distinction entre les frais et les immobilisations
- La déductibilité des frais de cadeaux, de représentation, des vêtements
- La particularité des loyers à soi-même
- Les limites de déduction des frais de restauration et des frais de repas
- Identification des dépenses mixtes et leur traitement

Cela peut aussi vous intéresser : La fiscalité
du véhicule professionnel p.12

FINANCER AU MIEUX SON VÉHICULE CRÉDIT-BAIL, LOCATION OU EMPRUNT



Faites un choix éclairé pour financer votre véhicule tout en préservant la rentabilité de votre entreprise.



DATE & LIEU

Lundi 09/11/2026

Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

14h-16h



DURÉE

2 h



FORMATEUR

Michèle DAHAN



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

30€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



PUBLIC

Tout public

Objectifs professionnels

- Connaître les modes de financements possibles
- Comprendre les conséquences de chaque choix sur le bénéfice
- Choisir la meilleure solution de financement du véhicule professionnel dans le cadre d'une nouvelle acquisition ou d'un renouvellement

Programme de la formation

- Emprunt, cash, leasing, location simple, location longue durée :
 - ♦ Modalités de chacune des solutions
 - ♦ Sur quelle durée souscrire ?
 - ♦ Quel montant demander ?
- Quels sont les avantages et les inconvénients de chacune de ces solutions de financement ?
- Quels sont les conséquences de vos choix sur le bénéfice ?
- Quel est le meilleur choix pour vous ?

Cela peut aussi vous intéresser : La fiscalité du véhicule professionnel p.12

ABORDER SEREINEMENT LA RETRAITE



Donnez du sens à votre passage à la retraite et construisez une nouvelle vie en cohérence avec vos besoins et vos envies.



DATES & LIEUX

Lundi 09/11/2026
(journée entière) et
Lundi 16/11/2026
(matinée) à Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1,5 journées (10 h)



FORMATEUR

Sabine BERTRAND,
Laurence HUGOT,
Valérie MALARD
La Fab du Sens au Taf



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
90€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
200€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Analyser le passage de la vie professionnelle à la retraite afin d'en comprendre les enjeux personnels et les implications pour soi
- Identifier et clarifier ses besoins, ses ressources et ses aspirations pour construire un projet de vie adapté à la suite de son parcours
- Construire une représentation concrète de cette nouvelle étape de vie

Programme de la formation

- Comprendre et accueillir la transition entre vie professionnelle et retraite
- Identifier les changements liés à ce passage de vie (rythme, identité, statut, relations, place dans le monde)
- Accueillir et normaliser les émotions associées à cette étape de transition (perte, soulagement, vide, excitation, incertitude)
- Clarifier ses besoins et ses aspirations pour l'après-retraite
- Identifier ses ressources (expériences, compétences, qualités, forces et appuis)
- Construire une représentation concrète et personnelle de sa vie après la retraite

Cela peut aussi vous intéresser : La confiance en soi p.17

COMMENT BIEN RECRUTER ? (EMPLOYÉ, PRESTATAIRE, STAGIAIRE)



Évitez les erreurs de recrutement en apprenant à définir vos besoins et à sélectionner les bons candidats.



DATES & LIEUX

Mardi 17/11/2026 à
Angers
Jeudi 19/11/2026 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Aline ONG
OFFICE SPARK



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Identifier les tâches à déléguer
- Connaître les différents profils de talents
- Savoir où poster ses annonces
- Faire passer un entretien pertinent

Programme de la formation

- Quels bénéfices tirer d'un bon recrutement ?
- Quelle(s) personne(s) recruter pour quel besoin ?
- Où trouver les talents ?
- Comment passer un entretien qui permet de jauger le potentiel de la personne en face ?

Cela peut aussi vous intéresser : Les différents entretiens p.22

CONFIANCE EN SOI : MIEUX SE CONNAÎTRE ET S'ACCEPTER



Développez une solide confiance en vous pour vous affirmer avec sérénité dans vos décisions, vos relations et votre activité.



DATES & LIEUX

Jeudi 19/11/2026 à
Angers
Vendredi 20/11/2026
à Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Karine RAPHOZ



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Développer une meilleure connaissance de soi en clarifiant ses ressources (valeurs, motivation...) et ses messages limitants
- Gagner en sérénité dans sa vie quotidienne en étant plus aligné
- Construire une posture relationnelle plus affirmée et juste envers soi

Programme de la formation

- Comprendre ses processus internes et les ressorts de la confiance en soi
- Faire le point sur ses valeurs, motivations, besoins...
- Repérer l'ego, déjouer nos « tyrans intérieurs » et messages inhibants
- Développer une posture d'égalité dans les relations
- Pratiquer l'acceptation de soi
- Plan d'action individuel

Pour aller plus loin : L'image de soi p.25, la Chromothérapie p.30

DEVENEZ SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL



Acquérez les bons réflexes pour intervenir rapidement et efficacement face à une situation d'urgence en entreprise.



DATES & LIEUX

23 et 24/11/2026 à
Angers
26 et 27/11/2026 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

2 journées (14 h)



FORMATEUR

Sylvain ASCHIERI,
Formations Prévention
Incendie



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

120€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

240€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Identifier le rôle et les responsabilités du SST dans l'entreprise
- Protéger les personnes et prévenir l'aggravation d'une situation d'accident ou de danger
- Examiner une victime et alerter les secours
- Contribuer à la prévention des risques professionnels dans une situation de travail

Programme de la formation

La formation est basée sur une alternance d'apports théoriques et d'apprentissages.

- 1ère partie : Reprise des objectifs en détail
- 2ème partie : Détail de l'objectif « Secourir » :
 - La victime saigne abondamment
 - La victime s'étouffe
 - La victime se plaint de malaise, de brûlures, de douleurs empêchant certains mouvements, d'une plaie ne saignant pas abondamment
 - La victime ne répond pas, mais elle respire
 - La victime ne répond pas et ne respire pas

Pour aller plus loin : Renouvellement SST p.20, Secouriste en Santé Mentale p.32

CONDUITE DU VÉHICULE UTILITAIRE PERFECTIONNEMENT SUR CIRCUIT



Développez une conduite plus sûre et anticipez les situations à risque pour protéger vos collaborateurs et votre activité.



DATE & LIEU

Lundi 30/11/2026 à
Ancenis
Centre de Mobilité
Club Académie



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

MOBILITÉ CLUB
ACADÉMIE



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

420€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

520€

Repas à la charge de
Gesolia



PRÉREQUIS

Etre titulaire d'un
permis de conduire
en cours de validité

Objectifs professionnels



- Connaître les risques professionnels liés à l'usage d'un véhicule utilitaire léger
- Connaître les solutions et les pratiques préventives
- Adapter la conduite aux caractéristiques techniques des véhicules utilitaires légers, à ses aménagements, à ses équipements, à son chargement, aux vérifications de sécurité

Programme de la formation

La journée est une alternance d'informations théoriques et de pratique dans les véhicules sur les thèmes de :

- La prévention : statistiques des accidents, document unique, prévention des risques
- La conduite et la tenue de route d'un véhicule, savoir réagir suite à une perte d'adhérence, comprendre les aides à la conduite
- La position du conducteur, des passagers, le chargement, l'arrimage, les manœuvres et le stationnement
- La vitesse, les distances de sécurité
- Situations de freinage en ligne droite, en virage, à différentes vitesses, éviter un piéton
- Prendre soin de soi : alcool, fatigue, stress, gestion du temps de conduite

Cela peut aussi vous intéresser : Éco-conduite sur circuit p.28 et p.29

MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES DU SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL



Renouvelez votre certification de Sauveteur Secouriste du Travail pour conserver les bons réflexes et intervenir efficacement en cas d'urgence.



DATE & LIEU

Mardi 01/12/2026 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Sylvain ASCHIERI,
Formations Prévention
Incendie



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
120€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Posséder un certificat
SST de moins de 2 ans

Objectifs professionnels



- Consolider les acquis de la formation initiale (voir page 18)

Programme de la formation

La formation est basée sur une alternance d'apports théoriques et d'apprentissages pour revoir toutes les situations de dangers et d'accidents vues lors de la formation initiale (voir page 18).

Pour aller plus loin : Secouriste en Santé Mentale p.32

SOULAGER VOS ÉMOTIONS À L'AIDE DES FLEURS DU DOCTEUR BACH



Les quintessences florales du Dr Bach sont reconnues pour leurs propriétés bénéfiques sur les états émotionnels. Elles nous aident à surmonter les situations difficiles.



DATE & LIEU

Jeudi 03/12/2026

Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

14h-16h



DURÉE

2 h



FORMATEUR

Françoise VIDAL-
FERRANDES



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
30€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



PUBLIC

Tout public

Objectifs professionnels

- Reconnaître les émotions
- Savoir relier les fleurs aux émotions

Programme de la formation

- Reconnaître et nommer les émotions
- Détail succinct des 38 fleurs du Dr Bach
- Comment utiliser un remède d'urgence
- Concocter une préparation

Cela peut aussi vous intéresser : L'ennéagramme p.10

LES DIFFÉRENTS ENTRETIENS (RECADRAGE, INDIVIDUEL, PROFESSIONNEL)



Développez une posture managériale efficace pour conduire des entretiens constructifs, même dans les situations délicates.



DATE & LIEU

Lundi 07/12/2026 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

A BONNE ÉCOLE



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Distinguer les différents types d'entretiens (recadrage, individuel, professionnel)
- Préparer et structurer efficacement chaque type d'entretien
- Adopter une posture professionnelle et assertive
- Gérer les situations délicates avec tact et efficacité

Programme de la formation

- Rappel du cadre légal des entretiens
- L'entretien de recadrage (comportement, discipline) : objectifs et enjeux, préparation, recherche de solutions, conclusion et suivi
- L'entretien individuel (suivi de performance, motivation) : objectifs, outils (méthode DESC), posture managériale, cas pratiques
- L'entretien professionnel (évolution, projet, formation) : cadre légal, contenus et outils, cas pratiques
- Ateliers de mise en situation des 3 types d'entretien
- Plan d'action individuel

Pour aller plus loin : Comment bien recruter ? p.16

COMMENT RÉGULER ET DÉPASSER SES PEURS ?



Développez des outils concrets pour faire face au stress, dépasser vos blocages et passer à l'action.



DATE & LIEU

Mardi 08/12/2026
Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

08h30-10h30



DURÉE

2 h



FORMATEUR

Catherine ROUAULT,
La Formation Passion



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
30€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Décoder l'émotion de la peur
- Reconnaître son message et susciter l'action
- Explorer des outils de régulation
- Transformer son émotion en intelligence

Programme de la formation

- Comprendre le processus émotionnel
- Accueillir la peur, pourquoi et comment ?
- Comprendre son effet sur l'état d'être, l'anxiété, la santé et l'efficacité
- Identifier le message de la peur par rapport à soi, par rapport aux autres
- Discerner la peur réelle de la peur irréaliste
- Repérer les risques à rester dans ses peurs
- Repérer l'action à mettre en place (auto coaching)
- La peur, la surmonter et s'en servir pour agir (travail postural, pratique de la respiration abdominale, stimulation des points d'acupuncture, techniques d'ancrage)

Cela peut aussi vous intéresser : L'image de soi p.25

EXCEL NIVEAU INTERMÉDIAIRE



Optimisez l'utilisation d'Excel pour analyser vos données, automatiser vos calculs et produire des documents professionnels.



DATES & LIEUX

Judi 10/12/2026 à
Angers
Vendredi 11/12/2026
à Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Idriss BOUGARRAM,
Iboo Technologies



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Avoir suivi le module
débutant ou avoir un
niveau équivalent

Objectifs professionnels



- Utiliser les fonctionnalités intermédiaires d'Excel pour gagner en efficacité dans ses traitements
- Exploiter les fonctions et outils d'Excel pour organiser, fiabiliser et analyser des données
- Produire des tableaux de bord et des analyses à partir de listes de données

Programme de la formation

- Utilisation des fonctions de base (SI...)
- Gestion des tris, filtres, tableaux pour organiser ses données
- Utilisation des fonctions de recherches
- Création de tableaux croisés dynamiques
- Création de graphiques et tableaux de bord
- Cas pratiques tout au long de la formation

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin : Excel perfectionnement p.39

VALORISEZ VOTRE IMAGE PROFESSIONNELLE



Faites de votre image un véritable levier de confiance et de communication professionnelle.



DATES & LIEUX

Lundi 18/01/2027 à
Angers

Lundi 25/01/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Émilie BRAUD



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Identifier les mécanismes de l'image de soi et leur impact
- Analyser sa propre image à travers la communication non verbale, les couleurs, la morphologie et le style vestimentaire
- Appliquer les principes de colorimétrie et de valorisation de la silhouette
- Construire une image professionnelle cohérente et adaptée à ses objectifs

Programme de la formation

- Comprendre les mécanismes de l'image de soi et son impact dans les sphères professionnelle et personnelle
- Développer une communication non verbale grâce à la posture, l'attitude et la présence
- Identifier les couleurs, la morphologie et le style vestimentaire les plus adaptés à son image
- Appliquer les principes de colorimétrie et de valorisation de la silhouette dans ses choix vestimentaires
- Construire une image professionnelle et personnelle en accord avec sa personnalité et ses objectifs
- Élaborer sa fiche de synthèse personnalisée

Pour aller plus loin : Dépasser ses peurs p.23, Gestion du temps p.36

CRÉEZ ET PUBLIEZ DU CONTENU SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX AVEC L'IA



Faites de vos réseaux sociaux un véritable levier de visibilité, de crédibilité et de développement pour votre entreprise.



DATES & LIEUX

Mardi 19/01/2027 à

Angers

Mardi 16/02/2027 à

Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Antoine JAMBART,
BOOMERANG CONSEILS



TARIF ADHÉRENT

OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT

MONO SERVICE ET

NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gesolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Créer du texte avec ChatGPT
- Créer des visuels avec des outils gratuits d'IA génératives d'images
- Découvrir une bonne approche des réseaux sociaux
- Faire des contenus qualitatifs
- Mettre en place sa propre ligne éditoriale et la maintenir sur la durée

Programme de la formation

- Comprendre quels sont les réseaux sociaux à exploiter en 2027
- Quels types de contenus faut-il publier sur les réseaux sociaux ?
- Bâtir une stratégie de contenus pour des résultats sur la durée
- Utiliser ChatGPT dans la création de contenus écrits et l'IA (Intelligence Artificielle) pour créer gratuitement des visuels
- Utiliser les banques d'images «conventionnelles»
- Publier sur les réseaux sociaux, les meilleures pratiques
- Construire son plan d'action personnel

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin :
Découverte des réseaux sociaux p.8

DÉVELOPPEZ VOTRE SENS DE LA RÉPARTIE



Apprenez à répondre avec justesse, assurance et intelligence dans toutes les situations de communication.



DATES & LIEUX

Lundi 25/01/2027 à
Angers
Lundi 15/02/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

François PICARD,
SCÈNERGIE



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Utiliser l'humour et l'à-propos pour faciliter la communication
- Identifier les situations de stress et les opportunités de répartie
- Ecouter et observer pour adapter sa réponse, maîtriser ses émotions
- Répondre avec spontanéité et pertinence dans les situations imprévues

Programme de la formation

- Comprendre les mécanismes d'une communication percutante
- Développer son intelligence émotionnelle, relationnelle et contextuelle
- Utiliser les techniques d'humour et d'à-propos pour répondre avec efficacité
- Renforcer son assertivité et sa crédibilité dans les échanges
- Construire des réparties adaptées à différentes situations de communication
- Développer son propre style de répartie en fonction de sa personnalité
- Maîtriser les stratégies de détournement et les techniques de réponse face aux situations déstabilisantes
- Cas pratiques

Cela peut aussi vous intéresser :
L'ennéagramme p.10, La confiance en soi p.17

SENSIBILISATION À L'ÉCO-CONDUITE SUR VÉHICULES THERMIQUES



Gagnez en confort, en sécurité et en économie en adoptant les bons réflexes d'éco-conduite.



DATE & LIEU

Vend. 29/01/2027 à
Ancenis
Centre de Mobilité
Club Académie



HORAIRES

9h-12h30



DURÉE

3 heures 30



FORMATEUR

MOBILITÉ CLUB
ACADÉMIE



TARIF ADHÉRENT

OFFRE GLOBALE :
300€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

400€



PRÉREQUIS

Etre titulaire d'un
permis de conduire
en cours de validité

Objectifs professionnels



- Mettre en application de nouvelles compétences liées à l'utilisation de son véhicule
- Adapter une conduite économique et écologique tout en préservant la sécurité
- Accroître son savoir-être d'éco-conducteur

Programme de la formation

La demi-journée est une alternance d'informations théoriques et de pratique dans les véhicules sur les thèmes de :

- Les précautions selon les saisons
- Le démarrage et les premiers kilomètres
- L'adaptation de sa conduite à sa motorisation
- Boîtes de vitesses mécanique / séquentielle / automatique
- Gestion de l'accélération et de l'anticipation
- Usage optimal des équipements du véhicule et des outils d'éco-conduite
- Mesures de sécurité concrètes selon vos contraintes professionnelles

Cela peut aussi vous intéresser : Conduite du véhicule utilitaire p.19

SENSIBILISATION À L'ÉCO-CONDUITE SUR VÉHICULES ÉLECTRIQUES



Gagnez en confort, en sécurité et en économie en adoptant les bons réflexes d'éco-conduite.



DATE & LIEU

Vend. 29/01/2027 à
Ancenis
Centre de Mobilité
Club Académie



HORAIRES

14h-17h30



DURÉE

3 heures 30



FORMATEUR

MOBILITÉ CLUB
ACADÉMIE



TARIF ADHÉRENT

OFFRE GLOBALE :
300€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
400€



PRÉREQUIS

Etre titulaire d'un
permis de conduire
en cours de validité

Objectifs professionnels



- Mettre en application de nouvelles compétences liées à l'utilisation de son véhicule
- Adapter une conduite économique et écologique tout en préservant la sécurité
- Accroître son savoir-être d'éco-conducteur
- Adapter son comportement aux spécificités des véhicules électriques

Programme de la formation

La demi-journée est une alternance d'informations théoriques et de pratique dans les véhicules sur les thèmes de :

- La récupération d'énergie et la recharge
- Les aspects positifs de l'éco-conduite avec un véhicule électrique
- Les précautions selon les saisons
- Le démarrage et les premiers kilomètres
- L'adaptation de sa conduite à sa motorisation
- Gestion de l'accélération et de l'anticipation
- Usage optimal des équipements du véhicule et des outils d'éco-conduite
- Mesures de sécurité concrètes selon vos contraintes professionnelles

Cela peut aussi vous intéresser : Conduite du véhicule utilitaire p.19

RÉGULEZ VOS ÉTATS INTERNES AVEC LA COULEUR (CHROMOTHÉRAPIE)



Explorez le langage des couleurs pour mieux gérer vos émotions et améliorer votre qualité de présence au travail.



DATES & LIEUX

Lundi 01/02/2027 à
Orvault
Mardi 02/02/2027 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Catherine ROUAULT,
La Formation Passion



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Comprendre l'influence des couleurs sur les émotions et les comportements
- Diagnostiquer sa couleur personnelle pour réguler son état interne
- Utiliser la couleur pour ses besoins quotidiens

Programme de la formation

- Comprendre ce qu'est la couleur et son langage, son lien avec les neurosciences
- Identifier ses effets sur nos humeurs et notre état interne
- Ressentir la fréquence de la couleur à l'aide d'un support olfactif
- Découverte olfactive de 14 couleurs
- Utiliser la fréquence de la couleur au quotidien, pour mieux gérer ses états face aux clients, aux problèmes, au stress
- Réaliser un bilan personnel de son état d'être à l'aide du color-test et identifier ses besoins en couleurs
- Relaxation couleur

Cela peut aussi vous intéresser :
L'image de soi p.25, Etre à l'aise à l'oral p.35

CRÉEZ DES SUPPORTS DE COMMUNICATION AVEC CANVA

Canva

Grâce à cet outil de conception graphique en ligne, transformez vos idées en supports visuels professionnels grâce à un outil simple, rapide et puissant.



DATES & LIEUX

Vend. 05/02/2027 à
Orvault
Lundi 15/02/2027 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Chloé LAMOUREUX,
Éclos



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Utiliser les fonctionnalités essentielles de Canva pour concevoir et personnaliser des créations graphiques
- Concevoir de manière autonome des contenus à destination des réseaux sociaux ou pour l'impression
- Créer des visuels lisibles et harmonieux

Programme de la formation

- Découverte de l'interface
- Utiliser les modèles : choisir un modèle existant, modifier les images, le texte, les couleurs, renommer le document, l'enregistrer, retrouver son design
- Découverte de l'interface de création : choix du format, tour de l'interface de création (éléments, textes, logos, intelligence artificielle)
- Les différentes étapes de création : 5 règles graphiques à connaître, ajouter un fond, une image, les modifier, ajouter des éléments graphiques, du texte
- Export du design

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin : Publier sur les réseaux sociaux p.26

DEVENEZ SECOURISTE DU TRAVAIL EN SANTÉ MENTALE



Apprenez à identifier les signaux d'alerte et à adopter la bonne posture face aux situations de fragilité psychologique.



DATES & LIEU

Les 8 et 09/02/2027
à Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

2 journées (14 h)



FORMATEUR

Propuls



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

120€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

300€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Identifier les situations de souffrance psychique et les risques pour la santé mentale au travail
- Intervenir de manière adaptée face à une personne en détresse psychologique ou en situation de crise
- Préserver son propre équilibre mental en adoptant une posture professionnelle adaptée

Programme de la formation

- Comprendre la santé mentale au travail
- Identifier les risques psychosociaux (RPS) et leurs causes
- Situer le rôle du Sauveteur du Travail en Santé Mentale (STSM), ce qu'il fait et ne fait pas, clarification du périmètre d'intervention
- Repérer les signes nécessitant l'intervention du STSM
- Adopter une posture professionnelle adaptée (écoute active, empathie, confidentialité, non-jugement), éviter les dérives
- Savoir quand, où et comment intervenir
- Se préserver : agir sans se substituer et préserver son propre équilibre

Pour aller plus loin : Sauveteur Secouriste du Travail p.18

CONSTRUISEZ UNE COMMUNICATION EFFICACE SUR INSTAGRAM



Passez d'une utilisation intuitive d'Instagram à une vraie stratégie de communication professionnelle.



DATES & LIEUX

Lundi 08/03/2027 à
Angers
Vend. 19/03/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Chloé LAMOUREUX,
Éclos



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gesolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Utiliser les fonctions essentielles d'Instagram pour construire un profil clair et harmonieux
- Construire de manière autonome des contenus sur Instagram
- Créer du contenu original et converti sur Instagram afin d'attirer des prospects

Programme de la formation

- Maîtriser les principales fonctionnalités d'Instagram
- Comprendre la différence entre un compte personnel, un compte professionnel et un compte creator
- Optimiser l'utilisation des #
- Analyser les retombées de sa stratégie de communication
- Créer un calendrier de publication
- Créer un réel : écrire un scénario, découvrir des techniques de tournage, de montage image et son

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Pour aller plus loin : Créer des réels p.40, Canva p.31

UN SYSTÈME ÉPROUVÉ POUR CLASSER ET STOCKER SES PAPIERS PHYSIQUES ET NUMÉRIQUES



Simplifiez votre organisation administrative grâce à un système de classement structuré et facile à maintenir.



DATES & LIEUX

Jeudi 11/03/2027 à
Angers
Jeudi 08/04/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Aline ONG,
OFFICE SPARK



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Mettre en place un bon système de classement et le maintenir
- Réinstaller de la sérénité et supprimer l'anxiété administrative
- Retrouver (enfin !) ses documents en un claquement de doigts

Programme de la formation

- L'importance de bien gérer ses papiers
- Utiliser les bons outils de classement
- La méthode pas-à-pas pour venir à bout de ses papiers et maintenir son système
- Quel classement, espace de stockage, sauvegarde pour ses documents digitaux ?
- L'archivage, comment faire ?

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Cela peut aussi vous intéresser : La gestion du temps p.36

OSEZ PRENDRE LA PAROLE ET CAPTIVEZ VOTRE AUDITOIRE



Un discours mal structuré perd l'attention de son auditoire même avec un excellent contenu. Venez organiser vos messages pour capter l'attention, rester écouté et dynamiser votre discours.



DATE & LIEU

Lundi 15/03/2027 à Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Amanda BIEBER
AB Formations



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gesolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Identifier ses points forts et ses freins à la prise de parole en public
- Qu'est-ce qu'un bon communicant ?
- Organiser ses messages pour capter l'attention et rester écouté
- Repérer les signes de décrochage
- Apprendre des techniques concrètes pour réagir et dynamiser son discours
- Construire une trame réutilisable

Programme de la formation

- Comprendre les fondamentaux de la communication orale et les principaux freins (trac, jugement, manque de structure)
- Identifier votre style de communication et ses axes de progression
- Maîtriser les techniques de gestion du trac et de la respiration
- Structurer un discours clair et impactant
- Capter et maintenir l'attention de son auditoire
- Repérer les signes de décrochage et adapter sa communication en temps réel en redynamisant son discours
- Ateliers pratiques et plan d'action individuel

Cela peut aussi vous intéresser : Renforcer sa présence et son impact à l'oral (module 2) p.41

GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITÉS



Développez une organisation plus claire et plus efficace pour reprendre le contrôle de votre charge de travail.



DATES & LIEUX

Les 15 et 16/03/2027

à Orvault

Les 12 et 13/04/2027

à Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

2 journées (14 h)



FORMATEUR

Karine RAPHOZ



TARIF ADHÉRENT

OFFRE GLOBALE :

120€



TARIF ADHÉRENT

MONO SERVICE ET

NON ADHÉRENTS :

300€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



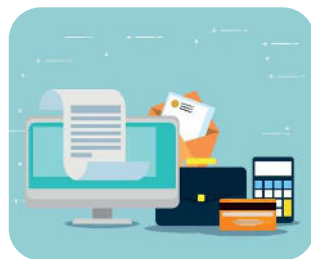
- Identifier ses priorités
- Planifier ses activités selon ses échéances, ses objectifs et ses contraintes
- Organiser son travail quotidien pour gagner en efficacité et en sérénité
- Utiliser des méthodes et outils de gestion du temps adaptés
- Choisir les meilleurs outils de communication et d'organisation en fonction des situations

Programme de la formation

- Établir un diagnostic sur son rapport au temps
- Identifier ses propres saboteurs internes et les stratégies pour y faire face
- Repérer et comprendre les leviers de gestion du temps à améliorer (priorité, planification, choix, relations, focalisation, énergie)
- Passer du temps subi au temps choisi : distinguer urgence et importance et bâtir sa matrice des priorités
- Méthodes de priorisation et de gestion du temps
- Outils et bonnes pratiques
- Plan d'action individuel

Pour aller plus loin : Ranger ses documents physiques et numériques p.34

FACTURATION ÉLECTRONIQUE ET MENTIONS OBLIGATOIRES SUR LES FACTURES



Préparez-vous aux évolutions de la facturation et maîtrisez les obligations légales à venir.



DATE & LIEU

Judi 18/03/2027
Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

9h-12h



DURÉE

3 h



FORMATEUR

Michèle DAHAN



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

30€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

60€



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



PUBLIC

Professions libérales
soumises au régime
de la déclaration
contrôlée

Objectifs professionnels

- Connaître les obligations liées à la facturation électronique pour 2027
- Préparer cette échéance en maîtrisant les nouvelles modalités d'échanges avec les clients et l'administration fiscale
- Connaître les principales mentions obligatoires afin d'établir des factures conformes

Programme de la formation

- Qui est concerné par la facturation électronique ?
- Comment sera adressée une facture électronique à votre client ?
- Qu'est-ce que le e-invoicing et le e-reporting ?
- Quels rôles jouent le portail public et les plateformes agréées ?
- Le pré-remplissage de la déclaration de TVA : comment ça fonctionne ?
- Rappel des mentions obligatoires sur les factures et information sur les nouvelles mentions à indiquer

Cela peut aussi vous intéresser : Ranger ses documents physiques et numériques p.34

LE MINDMAPPING : UNE APPROCHE VISUELLE POUR STRUCTURER SA PENSÉE



Développez une méthode simple et puissante pour clarifier vos idées et piloter vos projets.



DATE & LIEU

Lundi 22/03/2027 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Sabine BERTRAND
La Fab du Sens au Taf



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Comprendre les principes fondamentaux du mindmapping (cartes mentales)
- Structurer efficacement des informations complexes
- Organiser ses idées et ses projets
- Utiliser la carte mentale comme outil d'aide à la réflexion et à la décision
- Identifier des applications concrètes dans leur contexte professionnel

Programme de la formation

- Découverte des principes du mindmapping et de son lien avec les neurosciences : la mémoire de travail, la mémoire visuelle, la mémoire de la main...
- Les fondamentaux d'une carte mentale efficace : structure, hiérarchisation, mots-clés, couleurs, connexions
- Construction d'une carte mentale à partir de votre projet
- Développer des méthodes de réflexion, de créativité et de prise de décision grâce aux cartes mentales
- Élaboration d'une carte mentale ressource personnalisée pour réutiliser le mindmapping dans votre activité professionnelle

Cela peut aussi vous intéresser : La facilitation graphique p.9

EXCEL NIVEAU PERFECTIONNEMENT



Exploitez tout le potentiel d'Excel pour structurer, analyser et sécuriser vos données professionnelles.



DATES & LIEUX

Judi 01/04/2027 à
Angers
Vend. 02/04/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Idriss BOUGARRAM,
Iboo Technologies



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

60€



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Avoir suivi le module
intermédiaire ou avoir
un niveau équivalent

Objectifs professionnels



- Exploiter les fonctionnalités avancées d'Excel pour automatiser les traitements et optimiser la gestion de données volumineuses
- Exploiter les fonctions avancées d'Excel pour analyser et fiabiliser les données
- Construire des tableaux de bord professionnels destinés aux dirigeants et aux responsables

Programme de la formation

- Fonctions avancées : FILTRE, TRIER, XRECHERCHE, INDEX/EQUIV, fonctions TEXTE avancées
- Analyse et contrôle des données : Validation avancée, mise en forme conditionnelle avec formules, consolidation et contrôles de cohérence
- Tableaux Croisés Dynamiques avancés
- Tableaux de bord interactifs
- Introduction à Power Query
- Cas pratiques tout au long de la journée

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Contactez-nous si vous êtes intéressé par les 3 modules pour la prise en charge des formations.

CRÉEZ ET DIFFUSEZ DES RÉELS IMPACTANTS



Apprenez à structurer, filmer et monter des réels pour communiquer de manière moderne et impactante. (Un réel est une vidéo verticale, courte et dynamique à destination des réseaux sociaux)



DATES & LIEUX

Lundi 05/04/2027 à
Angers
Vend. 16/04/2027 à
Orvault



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Chloé LAMOUREUX,
Éclos



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels



- Comprendre le rôle des réels dans une stratégie de communication digitale
- Créer des contenus courts, attractifs et adaptés aux réseaux sociaux
- Monter des vidéos professionnelles avec CapCut et Instagram
- Optimiser la publication et analyser les performances des réels afin de renforcer leur visibilité et l'engagement

Programme de la formation

- Statistiques et tendances actuelles
- Ecriture d'un scénario court et percutant, construire un storytelling engageant et adapté à sa cible
- Les principales techniques de tournage : utiliser la lumière, les bons angles, stabiliser les prises de vues, gérer avec son smartphone et des accessoires simples
- Les principales techniques de montage image et son avec CapCut et Instagram
- Les bonnes pratiques de diffusion des réels

Pensez à
apporter votre
ordinateur portable
et ses accessoires !

Nous vous conseillons de faire la formation Instagram p.33 avant cette formation.

PRISE DE PAROLE : MODULE 2

RENFORCEZ VOTRE PRÉSENCE ET INCARNEZ VOTRE DISCOURS



Renforcez votre impact à l'oral en apprenant à gérer l'imprévu, les objections et les publics difficiles.



DATE & LIEU

Lundi 24/05/2027 à
Angers



HORAIRES

9h-17h



DURÉE

1 journée (7 h)



FORMATEUR

Amanda BIEBER,
AB Formations



**TARIF ADHÉRENT
OFFRE GLOBALE :**
60€



**TARIF ADHÉRENT
MONO SERVICE ET
NON ADHÉRENTS :**
150€

Repas à la charge de
Gescolia



PRÉREQUIS

Avoir participé au
module 1 p35

Objectifs professionnels

- Consolider les acquis du module 1
- Adapter son discours en temps réel selon les réactions de son auditoire
- Gérer les questions difficiles, les objections et les imprévus avec aisance
- Développer sa présence vocale et physique pour incarner son message
- Gagner en aisance face à des prises de parole exigeantes (auditoire hostile...)

Programme de la formation

- Retours d'expériences suite au module 1
- Adapter son discours en fonction de son auditoire (rythme, contenu, structure)
- Développer sa présence grâce à la voix, la posture, l'ancrage, l'occupation de l'espace
- Gérer les questions difficiles et les objections avec assurance : techniques de reformulation et de réponses structurées
- Développer sa capacité à improviser face aux situations imprévues
- Mises en pratique filmées face à des configurations complexes (auditoire distrait, hostile ou peu réactif)
- Plan d'action individuel

Cela peut aussi vous intéresser : Le sens de la répartie p.27

ACCORDEZ VOTRE RYTHME AVEC LA ROUE DE L'ANNÉE ET LES CYCLES LUNAIRES



Voici six webinaires inspirants et indépendants, pour vous reconnecter aux rythmes naturels et ainsi aligner vos projets et votre énergie personnelle.



LIEU

Sur votre ordinateur
via Zoom



HORAIRES

13h30-15h



DURÉE

1 h 30



FORMATEUR

Catherine ROUAULT,
La Formation Passion



TARIF ADHÉRENT OFFRE GLOBALE :

30€/session



TARIF ADHÉRENT MONO SERVICE ET NON ADHÉRENTS :

60€/session



PRÉREQUIS

Aucun prérequis

Objectifs professionnels

- Comprendre les cycles naturels et leur influence sur l'équilibre personnel
- Identifier les liens entre les cycles lunaires, les saisons et son propre fonctionnement
- Utiliser les cycles de la nature pour choisir le moment propice à ses actions et projets
- Développer une connexion consciente à la nature afin de favoriser son bien-être et son évolution personnelle.

Programmes et dates

- **Module 1 : Équinoxe d'automne** : le lâcher prise -> Mardi 22/09/2026
- **Module 2 : Nouvelle lune** : un nouveau possible -> Lundi 16/11/2026
- **Module 3 : Solstice d'hiver** : l'intériorisation -> Mardi 15/12/2026
- **Module 4 : Équinoxe de printemps** : Ostara -> Mercredi 17/03/2027
- **Module 5 : Pleine lune** : l'intuition -> Mercredi 14/04/2027
- **Module 6 : Solstice d'été** : le rayonnement -> Mercredi 16/06/2027

Bénéfices : apaisement émotionnel, clarté intérieure, intuition développée

LES SERVICES GESCOLIA ET ACOGERA BY GESCOLIA



Antoine,
Professionnel libéral



ACCOMPAGNEMENT du dirigeant

Bénéficiez de repères fiables pour mieux comprendre et situer votre activité par rapport à votre profession.



FORMATION certifiée QUALIOPI

Montez en compétences et développez votre activité.



FACTURATION ÉLECTRONIQUE

Profitez d'un service simple et pratique pour gérer facilement la facturation électronique dans votre activité de tous les jours.



SÉCURISATION AVEC L'ECF Examen de Conformité Fiscale

Confiez-nous la réalisation de l'ECF et obtenez le label de conformité fiscale !



RECHERCHE d'aides publiques

Gagnez du temps et accélérez vos projets !



LE + accès à la plateforme OGA-DYNABUY



Anais,
Indépendante



Marc,
Dirigeant de TPE

Pilotez votre entreprise l'esprit tranquille
Gescolia vous accompagne
et vous sécurise !



GESCOLIA

47 avenue du Grésillé
BP 20346
49003 ANGERS



02 41 22 98 98



ACOGERA BY GESCOLIA

6 rue Louis Blériot
44700 ORVAULT



02 40 52 19 00



Contactez-nous :

formation@gescolia.fr www.gescolia.fr

Suivez-nous sur les réseaux sociaux !

