

2020 > 2021



Forma

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

Formations du mois : 09-10-11/20

0700 – Matinées Découvertes nouveaux adhérents

Objectifs : A l'issue de cette session, vous connaîtrez les divers services que L'AraPL Grand Sud met à votre disposition dans le cadre de la gestion de votre activité libérale. Nous répondrons également à vos premières préoccupations en matière comptable.

Lieu : Toulouse de 10h00 à 12h00 **Dates** : 08/09 ou 06/10 ou 03/11.

Lieu : Brive de 10h00 à 12h00 **Date 2020** : 15/09.

Animateur : Équipe de l'AraPL Grand Sud.

Formation gratuite : Un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

0162 – La comptabilité « Libérale » : un jeu d'enfants !

Objectifs : Acquérir une organisation simple et adaptée dans la gestion quotidienne de votre activité libérale. Être autonome et efficace dans la tenue de sa comptabilité.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Dates** : 14/09 ou 02/10 ou 17/11.

Lieu : Brive de 9h15 à 17h00 **Date** : 29/09.

Animateur : Équipe de l'AraPL Grand Sud.

Forfait pédagogique : 17€ de frais annexes et un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

0162-1 – De la comptabilité à la 2035

Objectif : Savoir établir seul sa déclaration 2035 et sa fiche de renseignements complémentaires.

Lieu : Toulouse de 10h00 à 12h00 **Dates** : 21/09 ou 07/10 ou 24/11.

Lieu : Brive de 10h00 à 12h00 **Date** : 06/10.

Animateur : Expert-Comptable ou équipe de l'AraPL Grand Sud.

Formation gratuite : Un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

0100 – La Balance de Trésorerie...facile !

Objectif : Présentation de la Balance de Trésorerie. Vérification des étapes préalables à l'établissement de la Balance de Trésorerie. Assistance à la rédaction de votre Balance de Trésorerie à partir des éléments de votre comptabilité.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 12h15 **Dates** : 28/09 ou 13/10 ou 27/11.

Lieu : Brive de 9h15 à 12h15 **Date** : 15/10.

Animateur : Expert-Comptable ou équipe de l'AraPL Grand Sud.

Formation gratuite : Un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

0178- La retraite du libéral en 2021 : Quand ? Comment ? Combien ?

Objectif : Comprendre les nouveaux dispositifs pour connaître l'âge légal de son départ, tous régimes confondus, régime de base et régime complémentaire, son montant, son avenir, la réversion au conjoint ainsi que les différentes stratégies à mettre en place : Cumul emploi retraite, rachat de trimestre, régime des longues carrières, contrats facultatifs et sortie en capital.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date** : 12/10.

Lieu : Brive de 9h15 à 17h00 **Date** : 16/11.

Animateur : Consultant sur le droit à la retraite.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Langues vivantes

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion- Juridique – Social

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique

■ Informatique

2020 > 2021



Forma

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

Formations du mois : 09-10-11/20

■ 0120 – Savoir établir dans les règles sa déclaration de TVA

Objectif : Connaître et maîtriser les mécanismes de la TVA et savoir remplir une déclaration.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 12h15 **Date** : 14/10.

Lieu : Brive de 9h15 à 12h15 **Date** : 5/11.

Animateur : Expert-Comptable ou équipe de l'AraPL Grand Sud.

Formation gratuite : Un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

■ 0115 – Le véhicule professionnel

Objectif : Permettre à l'adhérent de choisir un mode de déduction

Lieu : Toulouse de 9h15 à 12h15 **Date** : 02/11.

Lieu : Brive de 9h15 à 12h15 **Date** : 02/11.

Animateur : Expert-Comptable ou équipe de l'AraPL Grand Sud.

Formation gratuite : Un chèque de caution de 50€ TTC par personne à la réservation.

■ 0125 – La Société Civile Immobilière.

Objectif : Connaître les notions et caractéristiques de la Société Civile. Les différentes Sociétés Civiles à objet immobilier; les avantages indéniables et les contraintes juridiques.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date** : 19/11.

Animateurs : Avocats département droit fiscal.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0100-17 – Contrôle Fiscal : L'attitude à tenir

Objectif : Réfléchir et échanger sur le projet de cession de son cabinet. Comprendre les tenants et les aboutissants de la cession. Définir les actifs à valoriser. Aborder le prix de cession et ses modalités de calcul.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 13h15 **Date** : 24/11.

Animateur : Conseil Financier et Gestion

Forfait pédagogique : 60€ TTC par personne pour la ½ journée.

■ 0126 – Anticiper et optimiser la transmission de son patrimoine

Objectif : Pourquoi anticiper la transmission de son patrimoine ? Que transmettre ? A qui ? Quand ? Combien ? Comment transmettre sans se démunir ? Comment se protéger et protéger son conjoint ? Comment diminuer le coût fiscal de sa transmission ?... Autant de questions précises auxquelles il sera apporté des réponses concrètes.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date** : 30/11.

Animateur : Consultant-Directeur des études Université.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0400 -0401 – Anglais

Objectif : Initier et développer les capacités de communication en langue anglaise. Présenter / réviser des points essentiels de la grammaire, la lexique, et la phonétique de la langue indirectement à travers des activités de conversation, de jeux de rôles et de mises en situation. Donner la capacité de communiquer dans une variété de situations.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 12h15 ou 14h00 à 17h00 **Dates** : 24/09 au 17/12.

Forfait pédagogique : 480€ TTC par personne pour les 30h00. Les Jeudis, matin ou après-midi **selon niveau**.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Langues vivantes

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion- Juridique – Social

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique

■ Informatique

2020 > 2021



Forma

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

Formations du mois : 09-10-11/20

0406- Cours du soir pour débutants : Anglais facile, ludique et efficace

Objectif : Acquisition, révision, consolidation des connaissances lexicales et grammaticales permettant la communication dans les situations courantes de la vie professionnelle et quotidienne.

Lieu : Toulouse de 18h00 à 19h30 **Dates :** 29/09 au 15/12.

Forfait pédagogique : 240€ TTC par personne pour les 15h00. Les mardis soir hors vacances scolaires.

0409 – Anglais Cours du soir sur BRIVE

Objectif : Stagiaires de niveau élémentaire souhaitant acquérir des connaissances en anglais, améliorer leurs aptitudes à communiquer à l'écrit (email) et à converser en langue anglaise dans le cadre personnel en utilisant un vocabulaire usuel et élémentaire. Améliorer l'expression et la fluidité en langue anglaise lors de rencontres avec des personnes pratiquant la langue anglaise afin d'acquérir une aisance lors de situations personnelles @ professionnelles concrètes : voyage, tourisme, gastronomie, visites culturelles, « social English »

Lieu : Brive de 18h30 à 20h00 **Dates :** 01/10 au 17/12.

Forfait pédagogique : 240€ TTC par personne pour les 15h00. Les Jeudis soir hors vacances scolaires.

0408- Communiquer en Langue des signes Française et expressions gestuelles

Objectif : La langue des signes française n'est pas juste un langage articulé par des gestes...c'est tout un monde et un mode d'expression visuel...qui permet d'échanger avec les sourds, les malentendants et même nos enfants en bas âge soit 15 millions de personnes en France. Le programme présente propose d'aboutir à la découverte de tout ce qui permet d'encoder et décoder un message propre à cette norme : les logiques grammaticales, une conjugaison temporelle et donc un ensemble lexical simple. On progresse très vite grâce à la mise en situation et aux partages. La communication gestuelle ce n'est pas qu'un dictionnaire : c'est avant tout une compétence à se disposer à pratiquer.

Lieu : Toulouse de 10h00 à 12h00 **Dates :** 06/11 au 18/12.

Forfait pédagogique : 224€ TTC par personne pour les 14h00. Les Vendredis matin.

0901- Soins Infirmiers : Prise en charges des Plaies Chroniques

NOUVEAU

Objectifs : Actualiser les connaissances relatives aux plaies chroniques et aux escarres.

Rappel de la cicatrisation, de l'évaluation d'une plaie, les dispositifs médicaux et la réglementation.

Public : Infirmier(e)s Libéral(e)s

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Dates :** 15 et 16/10.

Animateur : Infirmière Libérale Diplômée d'Etat et DU de cicatrisation des plaies.

Forfait pédagogique : 300€ TTC par personne pour les 2 journées.

0200-52 – Manager les Télétravailleurs

NOUVEAU

Objectifs : A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de comprendre les enjeux du management à distance. Il disposera des clés pour mettre en place son équipe, la gérer, et être efficace dans ses communications. L'enjeu est de fédérer, favoriser la cohésion et permettre les échanges.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 25/09.

Animateur : Conseil pour les affaires et le management.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion- Juridique – Social

■ Informatique

■ Langues vivantes

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique

2020 > 2021



Forma

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

Formations du mois : 09-10-11/20

■ 0201-10 – Retrouver une forme Olympienne - mentale et physique - pour mieux réussir

Objectifs : Retrouver une forme et une énergie d'olympien ! Cultiver votre résilience et votre optimisme Améliorer votre équilibre entre vie professionnelle/vie Privée.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 29/09.

Animateurs : Coach.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0200-45 – Le savoir Vivre, Les codes du savoir être

Objectifs : Acquérir les bases de la « communication relationnelle ». Optimiser son image, son message et sa perception par autrui. Etre davantage à l'aise à l'oral et crédible. Gagner en confiance. Avoir une meilleure estime de soi. Valoriser son potentiel. Améliorer son efficacité et ses performances.

Lieu : Toulouse de 14h00 à 18h00 **Date :** 06/10.

Animateur : Coach – Formateur

Forfait pédagogique : 60€ TTC par personne pour la ½ journée.

■ 0202-7 - Affronter et gérer les conflits

Objectifs : Repérer les situations de tension ou de risque pour limiter les conflits.

Gérer les conflits en limitant les impacts négatifs au niveau personnel et au niveau de l'entreprise.

Repérer son propre rapport aux conflits. Comprendre les enjeux du conflit. Savoir se positionner pour apaiser les tensions et limiter les conflits. Utiliser les techniques de résolution de conflit. Evaluer les situations à risque. Limiter les appréhensions face aux conflits.

Lieu : Brive de 9h15 à 17h00 **Date :** 13/10.

Animateur : Formatrice, psychopraticienne.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0216 – Gérer les personnalités difficiles

Objectifs : Qu'ils soient collaborateurs, managers ou clients, ils semblent s'être donnés le mot pour nous mener une vie impossible. Pourquoi nous apparaissent-ils si difficiles ? Que nous apprennent-ils sur nous ? Comment les gérer, les cadrer, les manager ?

Vous verrez comment gérer ses attitudes négatives et ses égos démesurés. Vous apprendrez à les reconnaître, à les manager et parfois même, à leur trouver une utilité.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 13/10.

Animateur : Consultant - Formateur.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0200-4 - Optimiser son alimentation pour prévenir et prendre en charge le stress et le Burn out.

Objectifs : Le stress n'est pas une maladie infectieuse contagieuse. Pourtant il prend de plus en plus une allure d'épidémie.

La vie actuelle nous met constamment sous pression avec une nécessité de performance à tous les niveaux. Il en résulte un stress émotionnel. Les medias et la civilisation de l'image imposent leurs contraintes et notamment une norme de minceur et une certaine « image du corps ». Il en résulte un stress « diététique » Au cours de cette journée, nous discuterons de l'utilisation des aliments et nutriments pour une gestion des stress professionnels, personnels et « diététique ».

Il sera proposé des outils et connaissances de base pour optimiser son alimentation et réguler son stress.

Lieu : Toulouse de 14h00 à 18h00 **Date :** 02/11.

Animateur : Diététicien, préparateur physique.

Forfait pédagogique : 60€ TTC par personne pour la ½ journée.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion - Juridique – Social

■ Informatique

■ Langues vivantes

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique

2020 > 2021



Forma

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

AGRICULTEURS • ARTISANS • COMMERÇANTS • PROFESSIONS LIBÉRALES

Formations du mois : 09-10-11/20

■ 0200-9 – L'Assertivité

Objectifs : A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de mieux comprendre les bases et les enjeux de la communication intra et interpersonnelle. Il pourra mettre en œuvre les premières actions pour mieux s'affirmer, mieux écouter et ajuster son comportement à celui des autres avec plus d'assurance.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 03/11.

Animateur : Consultante – Formatrice.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0201-22- Mieux comprendre ses clients et s'adapter au profil de chacun avec la méthodologie des couleurs

Objectifs : Connaître le langage des couleurs selon la théorie du DISC de Marston - Être capable d'identifier les comportements associés aux couleurs chez nos clients - Savoir s'adapter aux différents profils.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 18h00 **Date :** 13/11.

Animateur : Consultant - Formateur.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

SE-01 | Programmation Neuro Linguistique

Objectif : Identifier son propre "modèle du monde" et sa "vision du monde".
Connaître les bases de la communication.

Développer sa flexibilité comportementale et adapter sa communication à son interlocuteur par l'observation et l'écoute.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h **Date :** 17/11.

Animateur : Formatrice.

Forfait Pédagogique : 125€ TTC/Pers pour la journée pour les adhérents
200€ TTC/ Pers pour la journée pour les non-adhérents

■ 0202-2 - Formation qualité de vie au travail

Objectifs : Objectifs pédagogique de la formation : Réagir positivement en situation de stress ; réussir à travailler en équipe et éviter les tensions

Lieu : Brive de 9h15 à 17h00 **Date :** 23/11.

Animateur : Coach-Formatrice

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0201- 11– L'Improvisation, soyez vous même

Objectifs : Maîtriser la prise de parole en public pour devenir un bon orateur. Gestion du stress et du trac lié à un exercice inhabituel. Acquérir les outils de la confiance en soi. Comment lâcher-prise. Ecouter, accepter, rebondir.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 23/11.

Animateur : Comédien/Coach.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

■ 0300-19 – Comprendre et Pratiquer les Réseaux Sociaux

Objectifs : Connaître les différents réseaux sociaux et leurs applications. Définir une stratégie digitale. Choisir la bonne plateforme sociale pour son business. Promouvoir son activité sur les réseaux sociaux. Découvrir et apprendre Facebook Pro.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Dates :** 24/09 et 01/10.

Animateur : Community Manager-chef de projet Web.

Forfait pédagogique : 180€ TTC par personne pour les 2 journées.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion- Juridique – Social

■ Informatique

■ Langues vivantes

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique

2020 > 2021



Forma

Formations du mois : 09-10-11/20

0333 – Excel : Devenez un utilisateur confirmé !

Objectifs : Aller plus loin dans l'exploitation d'Excel !

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 05/10.

Animateur : Formatrice et Consultante en informatique.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

0311 – Atelier de référencement naturel

Objectifs : Comprendre le fonctionnement de GOOGLE et découvrir le GOOGLE de demain. Différencier référencement naturel et référencement payant. Comprendre pourquoi il faut optimiser certains éléments de son site web pour gagner en visibilité. Optimiser ces éléments essentiels pour améliorer son positionnement dans les résultats de requête et offrir à l'internaute une meilleure expérience utilisateur.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 13/10.

Animateur : Formatrice consultante – Webmarketing.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

0300-23 – Utiliser la photographie dans son activité professionnelle

NOUVEAU

Objectifs : Comprendre le fonctionnement de GOOGLE et découvrir le GOOGLE de demain. Différencier référencement naturel et référencement payant. Comprendre pourquoi il faut optimiser certains éléments de son site web pour gagner en visibilité. Optimiser ces éléments essentiels pour améliorer son positionnement dans les résultats de requête et offrir à l'internaute une meilleure expérience utilisateur.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 13h15 **Date :** 16/11.

Animateur : Professeur de photographie.

Forfait pédagogique : 60€ TTC par personne pour la ½ journée.

0340 – Mes premiers pas sur Mac

Objectifs : Cette formation permettra de faire vos premiers pas sur Mac et son système macOS. Vous pourrez découvrir ainsi l'environnement de travail et les capacités souvent méconnus de cet outil pour votre quotidien.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 20/11

Animateur : Consultant Apple.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

0285 – Etre présent sur les réseaux sociaux

Objectif : Sensibilisation aux réseaux sociaux professionnels et apport de quelques outils favorisant leur intégration dans une stratégie de communication ; avantages.

Lieu : Toulouse de 9h15 à 17h00 **Date :** 23/11.

Animateur : Consultante formatrice.

Forfait pédagogique : 90€ TTC par personne pour la journée.

Pour vous inscrire

formation@araplgs.org

05 62 71 81 23

■ Spécifiques métiers

■ Comptabilité - Fiscalité - Gestion- Juridique – Social

■ Informatique

■ Langues vivantes

■ Ressources humaines - Communication - Vie pratique