

Informatique	Office 365 Administration pour les entreprises - CPF ✓	1800.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Acquérir les compétences et les connaissances nécessaires pour découvrir et mettre en œuvre la solution Office 365 dans une entreprise.		22-24			16-18
	Sharepoint Utilisateur - CPF ✓	550.00 € HT				
	Maîtriser les fonctionnalités collaboratives de sites SharePoint. Retrouver des documents avec les outils de recherche. Maîtriser les interactions entre SharePoint et Office.		19		10	
	Réseaux TCP-IP Les Bases - CPF ✓	1470.00 € HT				
	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.		12-14			28-30
	Administration de la virtualisation avec DOCKER	2200.00 € HT				
	Comprendre les positionnements de Docker et des conteneurs. Manipuler l'interface en ligne de commandes de Docker. Mettre en œuvre des applications dans des conteneurs.		20-22			
	Linux Unix - Administration - CPF ✓	2450.00 € HT				
	Pouvoir installer et dépanner un système LINUX, ses périphériques et ses applicatifs. Pouvoir exécuter les tâches quotidiennes de gestion d'un système.		15-19			14-18
Windows Server 2019 Administration	2450.00 € HT					
Administrer Windows Server Planifier le déploiement initial des services Windows Server. Utiliser efficacement les stratégies de groupe. Déployer Win. Serv. par application d'images.		15-19		17-21		
Windows 10 - Administration et déploiement - CPF ✓	2200.00 € HT					
Acquérir les connaissances et compétences nécessaires pour installer et personnaliser le système et les applications Windows 10.		8-11			14-17	
VMware vSphere 7.x - Install, Configure, Manage	3125.00 € HT					
Installer et configurer ESXi et les composants vCenter Server. Déployer, gérer et faire migrer des machines virtuelles. Gérer l'accès utilisateur à l'infrastructure VMware...		22-26			7-11	
Cisco Interconnexion de réseaux ICND1	3125.00 € HT					
Identifier les différentes solutions possibles à mettre en œuvre sur les réseaux locaux (LAN). Savoir formuler les différentes façons d'interconnecter les réseaux avec des routeurs CISCO. Utiliser l'interface de commande en ligne (IOS) pour configurer des routeurs Cisco.		12-16			21-25	
SQL Server - Ecriture de requêtes Transact SQL - CPF ✓	1470.00 € HT					
Acquérir les compétences techniques nécessaires à l'écriture de requêtes Transact-SQL de base pour Microsoft SQL Server.		26-28			14-16	
ITIL V4 Fondamentaux et certification - CPF ✓	1890.00 € HT					
Identifier et maîtriser les concepts d'ITIL. Connaître les pratiques d'une gestion efficace d'un service informatique. Certification optionnelle.		22-24			14-16	
Minitab Prise en main et analyses statistiques de base	1800.00 € HT					
Maîtriser l'interface logiciel de MiniTab. Effectuer des traitements statistiques de base.		12-14				
Business Intelligence - Introduction à la business Intelligence avec Power Bi et Power Query - CPF ✓	980.00 € HT					
Mettre en place une solution de Business Intelligence. Combiner des données à partir de sources multiples et créer des rapports dynamiques.		29-30		27-28		

Bureautique	Office 365 Les nouveautés - CPF ✓	290.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Découvrir Office 365. Se repérer dans l'interface. Travailler avec les outils collaboratifs.		16			1
	Office 365 - Teams - CPF ✓	390.00 € HT				
	Interagir avec ses collègues au sein de canaux dédiés. Partager et éditer des documents Office via Teams. Mettre en adéquation Teams avec ses usages collaboratifs.		15	12	17	14
	Word : Fonctions de Base - CPF ✓	580.00 € HT				
	Créer un document, le mettre en forme, en page, l'imprimer. Gérer des documents de plusieurs pages, améliorer la présentation.		15-16		17-18	
	Word : Fonctions Avancées - CPF ✓	580.00 € HT				
	Perfectionner son utilisation de Word, gérer les documents longs. Manier le publipostage facilement.		19-20			21-22
	Excel : Fonctions de Base - CPF ✓	580.00 € HT				
	Construire et mettre en forme des tableaux avec des formules de calcul, mettre en page, imprimer et créer un graphique.		22-23	22-23	17-18	14-15
Excel : Fonctions Avancées - CPF ✓	500.00 € HT					
Se perfectionner dans les formules, aller plus loin avec les graphiques. Maîtriser les bases de données et les tableaux croisés dynamiques.		29-30	26-27	25-26	21-22	
Excel VBA - CPF ✓	1050.00 € HT					
Développer des applications en mettant en œuvre le langage VBA.		12-14			7-9	
Access : Fonctions de Base - CPF ✓	870.00 € HT					
Utilisateurs bureautique désirant manipuler des informations grâce à une base de données.		1-3		10-12		
Powerpoint : Fonctions de Base - CPF ✓	290.00 € HT					
Créer un diaporama attractif et structuré avec Powerpoint.		26	28	28		
Powerpoint : Fonctions Avancées - CPF ✓	290.00 € HT					
Exploiter toutes les possibilités de PowerPoint.		27	31	29		

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

Outils Graphiques	Solidworks	2450.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Acquérir les notions fondamentales de base nécessaires à la création de pièces d'assemblages et de mises en plan paramétrées.		22-26		17-21	
	Autocad - Fonctions de Base - CPF ✓	1950.00 € HT				
	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.		8-12	12-16		7-11
	Google Sketchup	1470.00 € HT				
	Concevoir des scènes 3D en importation et exportation avec animations et images.		15-17		3-5	
	Photoshop - Fonctions de Base - CPF ✓	1170.00 € HT				
	Découvrir le traitement des images numériques ainsi que leur séparation quadrichromique. Acquérir une méthode de travail professionnelle.		15-17	12-14	17-19	28-30
	InDesign - Fonctions de Base - CPF ✓	1170.00 € HT				
	Connaître et mettre en œuvre les fonctionnalités de InDesign. Acquérir les notions fondamentales de mise en page.			19-21		14-16
Illustrator - Fonctions de base - CPF ✓	1170.00 € HT					
Connaître et maîtriser toutes les phases de la production avec Illustrator.		22-24		17-19		
Revit Architecture	1950.00 € HT					
Maîtriser la conception base de projets architecturaux sous Revit Architecture.				3-7		

Communication	Se réconcilier avec le français - CPF ✓	1560.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Dépasser ses complexes et blocages en analysant l'origine de ses fautes.		15-17			14-16
	Prendre des notes et rédiger un compte-rendu	980.00 € HT				
	Noter et restituer l'essentiel d'une réunion, d'un événement ou d'une situation.			8-9		3-4
	Développer sa capacité à communiquer	980.00 € HT				
	Comprendre son mode de fonctionnement en communication et l'adapter aux différents		15-16		17-18	
	Rédiger des écrits professionnels efficaces	980.00 € HT				
	Acquérir les principales techniques de communication écrite. Rendre les documents clairs,		29-30		3-4	
	Gestion des appels téléphoniques difficiles	980.00 € HT				
	Garantir un traitement professionnel des appels en maîtrisant les mécanismes de la relation. Identifier le comportement de l'interlocuteur afin de gérer efficacement les entretiens		22-23		25-26	
Communiquer en situations difficiles	980.00 € HT					
Maîtriser les techniques de communication et de gestion de situations difficiles. Savoir			12-13		21-22	
Développer son assertivité favoriser les relations positives	980.00 € HT					
Intégrer l'assertivité dans ses comportements afin d'obtenir des résultats « gagnants-gagnants ». Comprendre l'intérêt des différentes parties prenantes en maîtrisant son			22-23		7-8	

Plan prévention COVID - 19

Des mesures sanitaires exceptionnelles ont été mises en place afin de protéger la santé de nos stagiaires, ainsi que celle de nos collaborateurs. Nous vous remercions de nous aider à les appliquer.

- Aménagement des locaux et respect des distanciations
- Désinfection régulière des locaux et des postes de travail
- Mise à disposition de solution antivirale au sein de nos centres
- Mobilisation et Information dès l'accueil en centre

Ressources Humaines	Améliorer la qualité de vie au travail et motiver les salariés	1100.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Élaborer et mettre en œuvre une démarche de QVT en harmonie avec sa culture		29-30		27-28	
	Sensibiliser aux différentes formes de l'innovation au sein de mon entreprise	550.00 € HT				
	Découvrir les différentes facettes de l'innovation. Identifier les pistes pertinentes à			26		21
	Favoriser la créativité au sein de mon entreprise	550.00 € HT				
	Comprendre les spécificités des différentes techniques de créativité. Apprendre à mobiliser			27		29
	Comptabilité Générale Fonctions de base	1650.00 € HT				
	Découvrir l'organisation comptable. Déterminer l'imputation comptable. Comptabiliser des		22-24		26-28	
	Tuteur en entreprise	980.00 € HT				
	Acquérir une connaissance et une compétence générique sur les tâches et obligations du			12-13	17-18	7-8
Gestion du stress	980.00 € HT					
Donner les moyens de reconnaître l'état de stress négatif, de le prévenir et de le gérer afin		8-9		17-18		
Gestion des tensions et des conflits	980.00 € HT					
Apprendre à anticiper, comprendre et désamorcer les situations de mésentente et			26-27		28-29	
Optimiser son temps et ses priorités	980.00 € HT					
Acquérir les outils et méthodes en termes d'organisation de travail et de gestion du temps.		15-16		10-11		
Préparation à la retraite anticiper l'après professionnel	550.00 € HT					
Définir comment conserver un équilibre personnel, familial et social, dans des nouveaux			21		15	

Management	Le Management de Proximité	1100.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Développer sa compétence d'encadrement intermédiaire. Acquérir des techniques de management de proximité.		11-12	19-20	27-28	3-4
	Le Neuro-Management Nouveau	1300.00 € HT				
	Comprendre le mode de fonctionnement du neuro-management. Permettre d'interagir sur le fonctionnement humain, grâce à la neuro-ergonomie. Favoriser l'épanouissement et à la motivation des équipes en utilisant les leviers offerts par les neuro-sciences.			29-30		21-22
	Managers : Conduire les entretiens professionnels	1100.00 € HT				
	Positionner l'entretien professionnel au regard des nouvelles dispositions légales. Préparer ses entretiens et les conduire de façon efficace et motivante.			26-27		14-15
	Renforcer sa performance managériale - CPF ✓	1100.00 € HT				
	Développer la gestion de la relation avec ses collaborateurs directs et son propre responsable hiérarchique. Acquérir des outils, méthodes et diagnostics adaptés au		4-5		6-7	
	Manager ses anciens collègues	1100.00 € HT				
	Objectif à renseigner			12-13		7-8
Manager ses équipes en télétravail	1100.00 € HT					
Connaître et respecter le cadre légal et matériel du travail à domicile. Maintenir un management relationnel à distance et animer une équipe en situation de télétravail.		18-19	19-20		10-11	

Gestion de projet	Conduire et gérer un projet	1800.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Connaître les conditions et les caractéristiques du travail en mode projet. Maîtriser les techniques pour planifier, suivre, contrôler et capitaliser l'expérience de la gestion de projet.		22-24		17-19	
	MsProject base et utilis. des outils collaboratifs - CPF ✓	1170.00 € HT				
	Comprendre les modes de calcul de Ms-Project, acquérir une méthode de planification, d'analyse et de mise à jour des projets.		8-10		17-19	2-4
	Maîtriser les outils et méthodes de la gestion de projet	1200.00 € HT				
	Acquérir une démarche méthodologique de gestion de projet et s'appuyer sur des outils permettant de minimiser les risques, dans le respect des délais, de la qualité et du budget.				3-4	
	Manager un projet AGILE avec la méthode AGILE SCRUM	1200.00 € HT				
	Etre capable d'utiliser la méthode Scrum et les valeurs agiles sur lesquelles elle est basée.		15-19		14-18	
	PRINCE 2 Foundation & Practitioner + certification - CPF ✓	3250.00 € HT				
	Etre reconnu comme un expert en management de projet au niveau International.			12-14		7-11
Project Management Professional	3125.00 € HT					
Maîtriser la philosophie du PMI. Connaître les 10 domaines de connaissances en management de projet. Se préparer intensivement au passage de la certification PMP.		15-19			14-18	

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

NOUVEAUTÉ

Formations Management et Performance Commerciale éligibles CPF

adhara France rend éligible au CPF son offre de formation sur les thèmes du Management et de la Performance commerciale. 3 certifications sont désormais accessibles :

- Management de la Performance (Management)
- Performance Commerciale et Relation Client (Commercial BtoB)
- Développer les Relations et les Ventes en Magasin (Commercial BtoC)

Vos conseillers en formation sont à votre écoute afin de vous apporter toute information à ce sujet.

Relations Sociales	Gérer le harcèlement en entreprise Comprendre et qualifier les actes de harcèlement, moral et sexuel, dans un contexte professionnel. Acquérir les clés pour le prévenir, le détecter et le prendre en charge.	1100.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	Dialogue social et risques psychosociaux Construire les outils appropriés pour identifier et prévenir les risques psychosociaux. Se prémunir contre les nouveaux risques de responsabilité. Fiabiliser Impliquer les acteurs clés à chaque étape. Savoir gérer une situation d'urgence.	1100.00 € HT	4-5		10-11	
	Organiser les élections du CSE Respecter les obligations légales. Maîtriser les étapes de la préparation, de l'organisation et du contrôle des élections en phase avec les derniers textes parus (ordonnances Macron).	600.00 € HT		8		18
	Membres du Comité Social Economique (CSE) -300 Permettre aux membres du CE nouvellement élus de bien connaître le rôle et la mission du CE dans une entreprise.	1650.00 € HT	19-21			
	Membres du Comité Social Economique (CSE) +300 Permettre aux membres du CE nouvellement élus de bien connaître le rôle et la mission du CE dans une entreprise.	2750.00 € HT			17-21	
Perf. Commerciale	Les fondamentaux de la relation commerciale - CPF ✓ Comprendre et appliquer l'ensemble des techniques fondamentales de la relation commerciale. Construire une relation pérenne et fidéliser son client.	1650.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	L'entretien commercial - CPF ✓ Comprendre le rôle de l'entretien commercial dans le cycle de vente. Préparer et structurer un entretien commercial. Élaborer un argumentaire de vente.	1100.00 € HT	10-12		26-28	
	Développer sa relation commerciale à distance - CPF ✓ Comprendre le rôle de l'entretien commercial dans le cycle de vente. Préparer et structurer un entretien commercial. Élaborer un argumentaire de vente.	1100.00 € HT		8-9		7-8
	Consolider sa relation client - CPF ✓ Mettre en œuvre une stratégie de relation client. Fidéliser ses clients pour consolider et développer son chiffre d'affaires.	1100.00 € HT	28-29			9-10
Sécurité	SST Formation Initiale - CPF ✓ Intervenir immédiatement et efficacement en cas d'accident du travail dans l'attente des secours spécialisés. Reconnaître les risques professionnels et prévenir les accidents.	400.00 € HT	Mars	Avril	Mai	Juin
	SST Recyclage - CPF ✓ Maintenir les compétences du SST définies dans le référentiel de formation, à un niveau au moins équivalent voire supérieur à celui de sa formation initiale.	200.00 € HT	15-16	19-20	27-28	14-15
	Habilitation Électrique – BE Manoeuvre Être capable d'exercer son activité professionnelle (électricien) en toute sécurité lorsque le risque électrique est présent.	550.00 € HT	16	20	25	15
			Nous consulter			

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 **02 46 65 00 30**
Retrouvez l'ensemble de notre offre : adhara.fr



Le Mans

Technopôle Université
28 rue Xavier BICHAT
72000 - Le Mans



Tours

Europarc
2 Allée du Cdt Mouchotte
37100 - Tours

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

Développement des compétences

Centre de formation du Mans

Organisme référencé
DataDock

Focus sessions Inter-entreprises
mars - juin 2021

adhara.fr

Informatique

Management

Communication

Ressources Humaines

Qualité - Sécurité

Formations
Présentielles ou à distance

