CRÉA FORMA

LA FORMATION SUR MESURE







CATALOGUE FORMATIONS

Bureautique

Langues

PAO

Management

Bien-être
& Santé au travail

TOUTES NOS FORMATIONS

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP
Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Pour toute demande d'adaptation, contactez notre référent handicap :
02 35 04 67 69
contact@crea-formation.com. »

1 Bureautique

Maîtrisez toutes les fonctionnalités du pack Office ! Des formations pratiques sur les logiciels spécifiques comme VBA, MS Project ou Power BI sont également disponibles.

2 Langues étrangères

Améliorez votre niveau en langues avec nos formations en Anglais, Espagnol, Italien, Allemand ou Portugais. L'apprentissage ludique se fait à votre rythme et selon vos besoins.

3 Anglais des affaires

Maitriser l'anglais des affaires lors de vos échanges professionnels.

4 Espagnol des affaires

Maitrisez l'espagnol des affaires lors de vos échanges professionnels.

5 Gestion du stress

Gérez votre stress en entreprise et reprenez confiance en vous !

6 La parentalité en entreprise

Un véritable enjeu pour l'entreprise, un vrai défi pour ses collaborateurs.

7 Ergonomie et équilibre pro/perso

L'affaire de tous, préservons nous !

8 Management positif

Adoptez une posture de leader positif au sein de votre équipe.

Un panel de formation répondant aux
besoins et aux **attentes**
de votre secteur d'activité.

Bureautique • Langues • PAO • Management
Bien-être & Santé au travail



Individuelle,
sur mesure et
100% adaptée à
vos objectifs.

NOTRE CONCEPT SE BASE SUR
3 PILIERS

L'ATTENTION

En formation individuelle, les stagiaires peuvent être attentifs à 100% et maximisent ainsi leurs chances d'évolution rapide.

L'APPRENTISSAGE ACTIF PAR UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Le stagiaire coconstruit avec le formateur sa formation sur-mesure au fil des séances. Le formateur accompagne le stagiaire et le guide durant toute la durée de la formation afin qu'il atteigne ses objectifs. En véritable coach, il personnalise les séances et adapte les contenus en fonction des attentes et des besoins du stagiaire.

L'ADAPTABILITÉ AU POSTE DU STAGIARE

Grâce aux sessions individuelles, le formateur peut axer les séances de formation sur le travail quotidien du stagiaire (revue et/ou création d'outils)

» Toutes nos formations

Formations
1 Bureautique

Excel

Word

Power point

+ Spécifiques

Notre définition du "sur-mesure"

Personnalisation

Toutes nos formations sont sur mesure et personnalisées, établies en fonction de la demande du stagiaire.

Évolution

Nous vous garantissons une évolution rapide et une adaptabilité parfaite.

Adaptabilité

Nos formateurs s'adaptent au niveau initial du stagiaire et proposent une structure d'apprentissage personnalisée, préparée en amont mais adaptable à chaque minute de la formation.





Une formation pour maîtriser le **Pack Office**

Pédagogie participative

Nous basons nos formations en bureautique sur la pédagogie participative. Nos stagiaires sont 100% acteurs de leur formation en manipulant le plus possible les outils du Pack Office utiles à leurs besoins.

«La répétition fixe la notion»

Nous sommes convaincus que «la répétition fixe la notion» c'est pourquoi nous faisons en sorte que chaque exercice soit une version évoluée du précédent avec de nouveaux acquis. Cela permet à nos stagiaires d'évoluer de manière très concrète.

Vos outils de demain

Nos formateurs basent leur contenu de formation sur les besoins du stagiaire. Nous avons à cœur de toujours créer au fil de la formation vos outils de demain. Votre formateur est un véritable coach et vous accompagne afin que vous puissiez ensemble coconstruire la formation.

Cette offre de formation est éligible à MON COMPTE FORMATION moncompteformation.gouv.fr

Nous intervenons dans le domaine de la formation professionnelle. Nous exerçons auprès des entreprises sur la demande de partenaires mais aussi dans le cadre du droit de chaque salarié disposant d'un compte personnel de formation.

Plus d'informations sur **moncompteformation.gouv.fr**

Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

Toutes nos formations

Formations

2 Langues étrangères

Anglais

Espagnol

Italien

Allemand

Portugais

(Autres langues disponibles sur demande)

Notre définition du "sur-mesure"

Personnalisation

Toutes nos formations sont sur mesure et personnalisées, établies en fonction de la demande du stagiaire.

Évolution

Nous vous garantissons une évolution rapide et une adaptabilité parfaite.

Adaptabilité

Nos formateurs s'adaptent au niveau initial du stagiaire et proposent une structure d'apprentissage personnalisée, préparée en amont mais adaptable à chaque minute de la formation.





Notre vision de l'apprentissage linguistique

L'immersion

Nos formations sont basées sur un rythme de 3 x 30 minutes par semaine. Ce rythme permet au stagiaire d'acquérir rapidement les automatismes et de pouvoir être immerger régulièrement dans la langue choisie.

L'attention

En formation individuelle et sur un créneau de 30 min, les stagiaires peuvent être attentifs à 100% et ainsi maximiser leurs chances d'évolution rapide.

L'apprentissage actif

Le stagiaire coconstruit sa formation avec le formateur au fil des séances. En véritable coach, il personnalise chaque séance et adapte le contenu en fonction du domaine professionnel ou personnel demandé par le stagiaire (voyages, affaires, milieu professionnel spécifique)

Cette offre de formation est éligible à MON COMPTE FORMATION moncompteformation.gouv.fr

Nous intervenons dans le domaine de la formation professionnelle. Nous exerçons auprès des entreprises sur la demande de partenaires mais aussi dans le cadre du droit de chaque salarié disposant d'un compte personnel de formation.

Plus d'informations sur **moncompteformation.gouv.fr**

Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

Toutes nos formations

Formations

3 Anglais des affaires

Notre définition du "sur-mesure"

Par petits groupes

les stagiaires pourront échanger, discuter, débattre et présenter.
Le formateur les encadrera lors de la préparation d'un projet et de sa présentation finale.

La maitrise

de la communication en public dans un contexte professionnel.





Une formation pour maitriser **l'anglais des affaires**

Cette formation a pour objectif d'orienter l'apprentissage de la langue anglaise dans un contexte professionnel. Les stagiaires pourront approfondir leurs connaissances en anglais des affaires grâce à nos formateurs experts.

Maîtriser les techniques

commerciales et de négociation dans le milieu des affaires.

Connaître, maîtriser

le vocabulaire et le lexique adéquat dans la vente et le commerce.

Acquérir la compétence

de rédaction de documents commerciaux en anglais.

Améliorer son aisance

orale afin de garantir la qualité de vos échanges professionnels au téléphone et en face-à-face.

Mettre en lumière

les différences entre les milieux des affaires anglo-saxons et français.

Cette offre de formation est éligible à MON COMPTE FORMATION moncompteformation.gouv.fr

Nous intervenons dans le domaine de la formation professionnelle. Nous exerçons auprès des entreprises sur la demande de partenaires mais aussi dans le cadre du droit de chaque salarié disposant d'un compte personnel de formation.

Plus d'informations sur **moncompteformation.gouv.fr**

Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

Toutes nos formations

Formations

4 Espagnol des affaires

Notre définition du "sur-mesure"

Par petits groupes

les stagiaires pourront échanger, discuter, débattre et présenter.
Le formateur les encadrera lors de la préparation d'un projet et de sa présentation finale.

La maitrise

de la communication en public dans un contexte professionnel.





Une formation pour maitriser **l'espagnol des affaires**

Cette formation a pour objectif d'orienter l'apprentissage de la langue espagnole dans un contexte professionnel. Les stagiaires pourront approfondir leurs connaissances en espagnol des affaires grâce à nos formateurs experts.

Maîtriser les techniques

commerciales et de négociation dans le milieu des affaires.

Connaître, maîtriser

le vocabulaire et le lexique adéquat dans la vente et le commerce.

Acquérir la compétence

de rédaction de documents commerciaux en espagnol.

Améliorer son aisance

orale afin de garantir la qualité de vos échanges professionnels au téléphone et en face-à-face.

Mettre en lumière

les différences entre les milieux des affaires hispanophones et français.

Cette offre de formation est éligible à MON COMPTE FORMATION moncompteformation.gouv.fr

Nous intervenons dans le domaine de la formation professionnelle. Nous exerçons auprès des entreprises sur la demande de partenaires mais aussi dans le cadre du droit de chaque salarié disposant d'un compte personnel de formation.

Plus d'informations sur **moncompteformation.gouv.fr**

Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

Toutes nos formations

Formations

5 La gestion du stress

Bien-être & Santé au Travail

Notre définition du **"sur-mesure"**

→ Personnalisation

45 minutes de coaching individuel pour analyser les besoins et proposer des techniques de régulation personnalisées;

Le stress au travail : *comment le prévenir et le combattre ?*





Une formation pour faire face au **stress en entreprise**

Au cours de cette formation, nos formateurs accompagnent vos collaborateurs en leur donnant quelques clés pour mieux gérer le stress en entreprise :

- → Régulation des émotions
- → Relations interpersonnelles
- → Prendre soin de soi et de ses collaborateurs
- → Le stress et le système nerveux autonome
- → Identifier les déclencheurs
- → Tips concrets pour une bonne santé mentale & physique.

Mettre les avancées des neurosciences à portée de tous par le biais d'activités et de jeux de rôle et ainsi savoir répondre aux aléas de la vie professionnelle en toute zénitude.



Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

»» Toutes nos formations

Formations

6 La parentalité en entreprise

- La parentalité est devenue un véritable enjeu pour les entreprises : prendre en compte les problématiques de la parentalité et y proposer des solutions permet de diminuer la fatigue et le stress tout en favorisant la créativité et la coopération.





Une formation pour soutenir la **parentalité de vos collaborateurs**

Cette formation permettra à vos collaborateurs de découvrir et expérimenter des outils de Discipline Positive. Nos formateurs leur redonneront confiance dans leur rôle de parent à travers des activités et des jeux de rôle.

- Poser les fondations d'une autorité ferme & bienveillante dans un cadre sécuritaire
- Communiquer autrement pour gérer les émotions, les crises, le stress et les conflits
- Mieux comprendre les besoins et décoder les comportements inappropriés
- Mettre en place des temps d'échanges en famille pour entretenir les acquis sur le long terme.

Apporter des outils concrets et faciles pour susciter la coopération, désamorcer les conflits et améliorer le quotidien familial : moins de tensions et de disputes, plus de plaisir et de partage !

Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

» Toutes nos formations

Formations

7 Ergonomie et équilibre pro/perso

→ Le manque d'ergonomie du poste de travail peut avoir des effets dévastateurs pour le salarié mais aussi pour la productivité de l'entreprise.

Ergonomie & bien-être au travail : et si c'était l'affaire de tous ?





Une formation **pour prévenir les maux**

Au cours de cette formation nos formateurs accompagnent durant une demi-journée vos collaborateurs afin de donner quelques clés pour améliorer le quotidien professionnel mais aussi personnel :

→ Geste et posture

→ Sécurité physique et économie gestuelle

→ Aménagement de l'espace de travail en présentiel et distanciel exercice pour favoriser le bien-être au travail

→ Appréhender le stress grâce à la respiration

→ Équilibre vie privée et vie professionnelle

Les hommes et les femmes sont la première richesse d'une entreprise, préservons-les !



Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

» Toutes nos formations

Formations

8 Management positif

Notre définition du "sur-mesure"

→ Personnalisation

45 min de coaching individuel pour analyser la situation réelle, définir des pistes d'amélioration et trouver des outils adaptés.

Management : *comment bien fédérer ses équipes ?*





Une formation pour adopter une posture de **leader positif**

Lors de cette formation, vos collaborateurs, accompagnés par nos formateurs, poseront les bonnes bases et le cadre d'un fonctionnement efficace et performant afin de développer une posture de leader encourageant, ferme et bienveillant.

→ Les émotions au cœur des relations

→ Les temps d'échanges en équipe : proposer des réunions constructives

→ Prendre soin de soi et de ses collaborateurs

→ Du management vertical au management horizontal

→ Encourager et motiver ses collaborateurs

→ Accompagner le changement et s'appuyer sur une vision commune

Analyser les relations interprofessionnelles et accroître la motivation de vos équipes pour plus de performances et de bonne humeur grâce à des activités et jeux de rôle.



Nos différentes formations sont 100% sur mesure afin de nous adapter au niveau de vos collaborateurs et leur permettre d'atteindre leurs objectifs.

»» Toutes nos formations

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre
de la catégorie d'action suivante :
ACTION DE FORMATION

SIRET : 83090596400011 - Siege : 76260 Eu, Normandie.

CF | CRÉA FORMA
LA FORMATION SUR MESURE

Contact
02.35.04.67.69
contact@crea-formation.com
www.crea-formation.com

Plus d' information sur
www.crea-formation.com