

# FORMATIONS

## CATALOGUE 2020

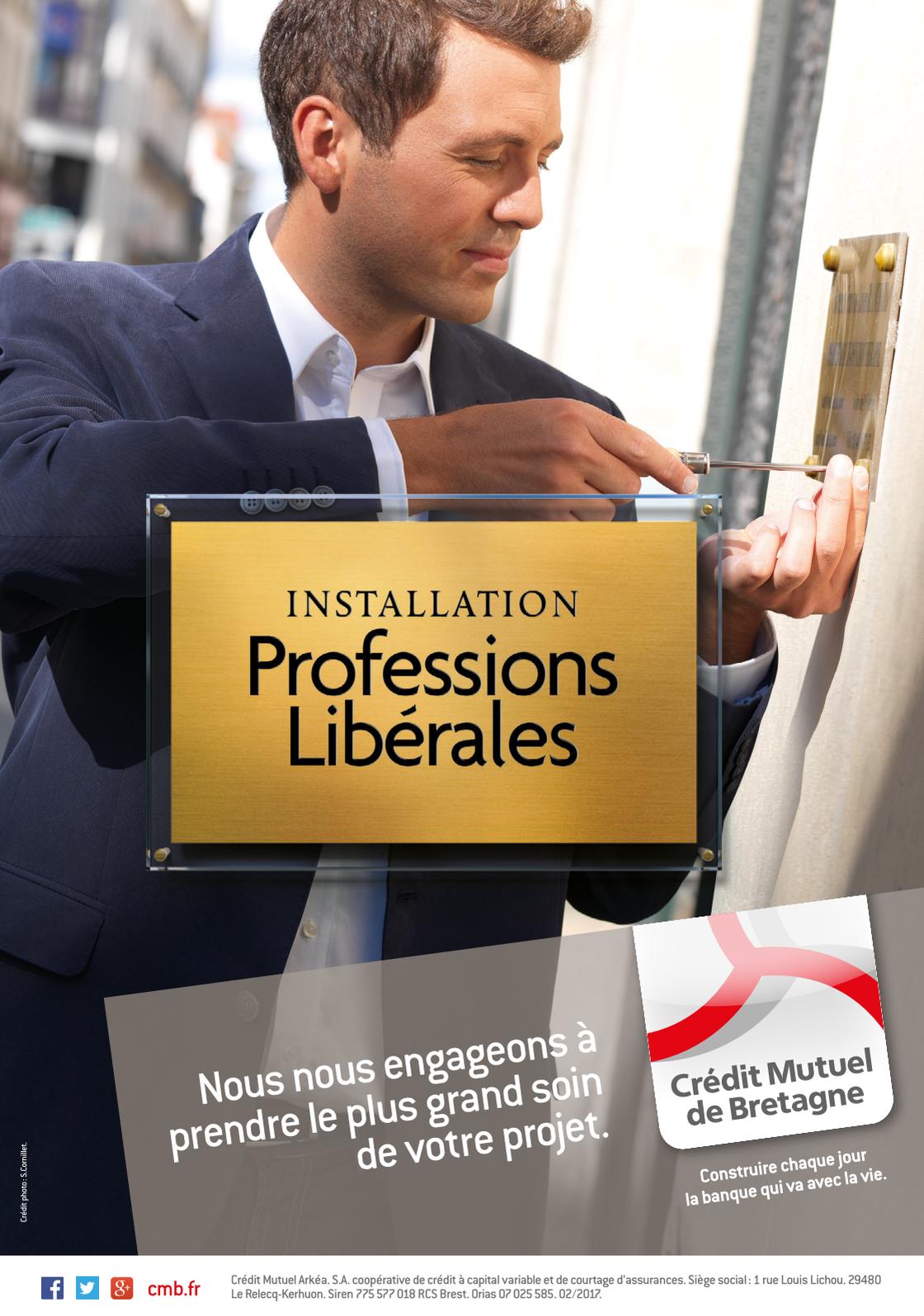


### AIDE À L'INSTALLATION ET FORMATION DES PROFESSIONNELS INDÉPENDANTS EN BRETAGNE, CENTRE, NORMANDIE, PAYS DE LA LOIRE ET POITOU-CHARENTES

Maison des Professions Libérales du Grand Ouest et Offices Régionaux  
d'Information, de Formation et de Formalités des Professions Libérales

ANGERS - ANGOULÊME - BLOIS - BOURGES - BREST - CAEN - CHÂTEAUXROUX - EVREUX -  
LAVAL - LORIENT - LA ROCHE SUR YON - LA ROCHELLE - LE MANS - NANTES - NIORT -  
ORLÉANS - POITIERS - RENNES - ROUEN - ROYAN - TOURS





INSTALLATION  
**Professions  
Libérales**

Nous nous engageons à  
prendre le plus grand soin  
de votre projet.



**Crédit Mutuel  
de Bretagne**

Construire chaque jour  
la banque qui va avec la vie.



GRAND OUEST

**MPL ORIFFPL GRAND OUEST**  
**La Maison des Professions Libérales**  
**du Grand Ouest**  
**107, avenue Henri Fréville**  
**35370 RENNES**

**[contact@mplgrandouest.org](mailto:contact@mplgrandouest.org)**

**02.41.35.19.20**

Suivez-nous sur :



# MOT DU DIRECTEUR DE LA MPL GRAND OUEST



Votre site internet offert !

Cette année encore, nous avons travaillé dur pour vous proposer une offre riche et ambitieuse.

Parmi ces nouveautés, je souhaite vous présenter une offre particulièrement exceptionnelle et unique en France.

Nous allons vous offrir votre site internet pendant un an !

Depuis 4 ans, vous avez été nombreux à participer à la formation sur le logiciel WordPress, mais peu d'entre vous sont allés au bout de la démarche de création de site. En effet, nous avons tous connu des formations où tout est simple lorsque l'on a le formateur derrière soi, mais tout redevient compliqué lorsque l'on est seul devant son ordinateur.

Pour éviter cela, nous avons développé avec notre partenaire informatique, la société WEBYOO, un outil révolutionnaire qui vous permettra, et nous nous y engageons, de créer votre site en deux jours, lors d'une formation dédiée. A l'issue de ces deux journées, vous aurez le plaisir de consulter votre site professionnel, réalisé par vous, directement sur votre smartphone.

Nous allons en effet vous offrir votre nom de domaine ainsi que l'hébergement de votre site pendant un an ! A l'issue de cette période d'un an, une offre commerciale très attractive vous sera proposée par Webyoo si vous désirez maintenir votre site en ligne.

Je vous recommande chaudement de réserver votre place longtemps à l'avance !

Je vous souhaite une année 2020 remplie de succès et de bonheur.

Kévin KOLB  
Directeur de la Maison des Professions Libérales du Grand Ouest.

# MOT DU PRÉSIDENT DE LA MPL GRAND OUEST



Avec près de 4500 libéraux formés en 2019, la Maison des Professions Libérales du Grand Ouest est devenue l'acteur incontournable de l'accompagnement entrepreneurial des professionnels libéraux en Bretagne, dans les Pays de la Loire et dans la région Poitou-Charentes.

Nos efforts sont en permanence orientés vers la valorisation de votre exercice en libéral et ce par le tissage unique en France d'organisations que nous avons réussi à réaliser :

- Votre formation continue de chef d'entreprise, de la création à la cession avec la Maison des Professions Libérales du Grand Ouest et le réseau des ORIFF-PL,
- La sécurisation de votre fiscalité et de vos obligations déclaratives avec le réseau des ARAPL, fort de 130 000 adhérents,
- La coordination et la représentation de vos syndicats professionnels au sein des UNAPL régionales.

L'apparition constante de nouvelles professions et de nouveaux modes d'exercices, la libéralisation d'activités auparavant réglementées, les métamorphoses digitales continues nous obligent à renforcer encore plus les fondations que sont pour vous ces organisations professionnelles.

Dans les vents permanents de l'entrepreneuriat, vous devez pouvoir vous raccrocher à tout moment à des organisations solides, ancrées dans le temps et l'histoire que sont vos syndicats, vos ordres, votre MPL, votre ARAPL.

C'est la raison pour laquelle, j'ai demandé à nos équipes d'administrateurs de tenir régulièrement des permanences dans notre réseau de Maisons des Professions Libérales afin de vous écouter et de me faire remonter vos aspirations, vos souhaits, vos préoccupations.

De tout mon cœur, je vous souhaite une année 2020 enrichissante et passionnante.

Avec mes confraternelles salutations.

Philippe LE ROUX,  
Président.

Votre  
**agent général d'assurance**  
 est un professionnel libéral  
 à votre service pour vous protéger,  
 vous, vos proches, vos biens  
 et vos responsabilités



AXA Prévoyance & Patrimoine  
 Votre avenir / Notre expertise



**agéa Pays de la Loire**

Fernando GONCALVES  
 Président agéa Pays de la Loire  
 4 rue de l'Héronnière  
 44000 NANTES  
 06 40 19 86 95

**agéa Bretagne**

Hervé ROUAULT  
 Président agéa Bretagne  
 27 rue Jean-Marie Le Bris  
 29200 BREST  
 07 82 42 18 87

# QUI SOMMES - NOUS ?

- Une association loi 1901 créée en 2007 à l'initiative de professionnels libéraux.

- Une présence territoriale en Bretagne, Pays de la Loire et Poitou-Charentes (Brest, Lorient, Rennes, Laval, Nantes, Le Mans, Angers, La Roche sur Yon, Angoulême, Niort, La Rochelle, Poitiers et Royan).

- La MPL Grand Ouest / ORIFF-PL est l'Office Régional d'Information, de Formation et de Formalités des Professions Libérales pour les Régions Bretagne, Pays de la Loire et Poitou-Charentes , dont les missions sont :

- ACCUEILLIR LES PROFESSIONNELS LIBÉRAUX,

- ORGANISER DES FORMATIONS À DESTINATION DES PROFESSIONNELS LIBÉRAUX,

- ACCOMPAGNER LES PORTEURS DE PROJETS DE CRÉATION D'ENTREPRISE LIBÉRALE .



## Le Conseil d'Administration



PRÉSIDENT	TRÉSORIER	TRÉSORIÈRE ADJOINTE	SECRÉTAIRE	SECRÉTAIRE ADJOINTE	ADMIN.	ADMIN.	ADMIN.	ADMIN.	ADMIN.
Philippe LE ROUX Chirurgien dentiste	Sébastien HUPIN Expert-comptable	Caroline HOUSSIN SALVETAT Conseil	Jean-Paul EYRAUD Expert-comptable	Chislaine HOREL Formatrice	Didier ROUILLARD Expert-comptable	Philippe LE GOFF Avocat	Jean CARPENTIER Vétérinaire	Amaury de la SEIGLIÈRE Agent Général d'Assurance	Jean-Yves FRAPIN Agent Commercial

## Une équipe à l'écoute de vos besoins



**KOLB Kévin**  
Directeur



**CASSE Carole**  
Directrice adjointe



**CROSNIER Mélissa**  
Chargée de communication



**COMMUNIER Sylvie**  
Formatrice en comptabilité

# NOS MISSIONS



*Public*  
**ÉTUDIANTS EN  
DERNIÈRE ANNÉE**

*Objectif :* Sensibiliser et susciter l'envie de s'installer en libéral.

*Offre :* Interventions dans les universités et les écoles



*Public*  
**PORTEURS DE PROJETS  
DE CRÉATION EN LIBÉRAL**

*Objectif :* Aider à l'installation et à la reprise en libéral.

*Offre :*

- Journée de la création,
- Journée de la création santé,
- Journée micro-entrepreneur,
- Parcours 3 et 4 jours.



*Public*  
**PROFESSIONNELS  
LIBÉRAUX INSTALLÉS**

*Objectif :* Former au pilotage de l'entreprise libérale.

*Offre :* Formation continue au métier de chef d'entreprise.

## QUELQUES CHIFFRES



Un réseau de **100** formateurs et partenaires institutionnels



**3000** professionnels libéraux formés en 2018



**1500** porteurs de projet formés en 2018



**70** thèmes de formation proposés en 2019



**13896** pages vues par mois

Répartition des professionnels libéraux en secteur d'activité :



**TECHNIQUE ET CADRE DE VIE**  
(architecte, formateur, praticien bien-être...)



**SANTÉ**  
(médecin, chirurgien-dentiste, infirmière, pédicure-podologue...)



**DROIT**  
(avocat, notaire, huissier, greffier, mandataire judiciaire...)

## NOS CONSEILLERS FORMATION



**CATEAU**  
Alexandra

Assistante de formation et rédactrice Web



**LE ROUX**  
Anne-Cécile



**ÖTTL**  
Bénédicte



**TARREAU**  
Jordan



**EUGENE**  
Fabien



C'EST PARCE QU'ON VOUS  
CONNAIT BIEN,  
QU'ON VOUS  
ASSURE MIEUX !



groupama.fr



**GARANTIR ET PÉRENNISER  
VOTRE ACTIVITÉ.**

Groupama Loire Bretagne - Caisse Régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles Bretagne-Pays de la Loire  
Siège social : 25, Boulevard Solférino - CS 51209 - 35012 Rennes cedex - 383 844 693 RCS Rennes. Entreprise régie  
par le code des assurances. Document et visuel non contractuels - Crédit Photo : Aurélien Chauvaud



**GroupamaPro**

# VOS SALARIÉ(E)S PEUVENT BÉNÉFICIER DE FORMATIONS

Vous cotisez à un OPCO (Opérateur de compétences) pour la formation de vos salariés. Pour la plupart des professions libérales, il s'agit d'OPCO EP. Cependant d'autres professions ont des accords avec d'autres OPCO.

Rapprochez-vous de votre OPCO pour connaître précisément les modalités et critères d'éligibilité et de prise en charge des formations.

**Pour plus de renseignements concernant les modalités de prise en charge, notre service de formation est à votre écoute.**



## Où nous trouver ?



### 1 RENNES

107, avenue Henri Fréville - 35200 RENNES

### 2 BREST

27, rue Jean-Marie Le Bris - 29219 BREST CEDEX 2

### 3 LORIENT

Centre d'affaires La découverte Immeuble Penfret n°5  
(1er étage) - 39, rue Villeneuve - 56100 LORIENT

### 4 SAINT-BRIEUC

Pour le lieu, nous contacter

### 5 NANTES

2, impasse Augustin Fresnel ATALANTE 2 - bâtiment B  
44800 SAINT HERBLAIN

### 6 LAVAL

31, allée du Vieux Saint Louis - 53000 LAVAL

### 7 ANGERS

146, avenue Victor Chatenay - 49100 ANGERS

### 8 LA ROCHE SUR YON

15, rue Jacques-Yves Cousteau  
PA Economique de Beaupuy - 85000 LA ROCHE SUR YON

### 9 LE MANS

126-128, rue de la Mariette - 72000 LE MANS

10 11 12 13 14 Pour les lieux, nous contacter

# PROCESS D'INSCRIPTION ET FINANCEMENT



## BESOIN DE FORMATION

Vous venez d'obtenir votre SIRET, vous êtes donc officiellement chef(fe) d'entreprise. Afin de vous aider dans le développement de votre entreprise, nous vous proposons des formations dans divers domaines.

01



## FINANCEMENT

Si vous dépendez du FIFPL, vous bénéficiez de 2 journées de formation prises en charge par an (4 journées si adhérent à l'ARAPL Grand Ouest). Pour connaître le fonds de formation auprès duquel vous cotisez, n'hésitez pas à nous contacter.

02



## INSCRIPTION

Pour vous inscrire rien de plus simple. Vous pouvez nous contacter par téléphone au 02.41.35.19.20 ou sur notre site internet : [www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org). A la MPL, finies les démarches administratives longues et fastidieuses !

03



## CONVOCATION

10 jours avant, nous adressons par mail la convocation avec les horaires et lieu de formation. Vous devrez en amont nous fournir impérativement la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP).

04



## JOUR J

A l'issue de la formation, vous êtes invité à signer la feuille d'émargement et à remplir une fiche d'évaluation. Celle-ci permet de mesurer le degré de satisfaction de la formation proposée.

05



## ATTESTATION DE FORMATION

Quelques jours après la formation une attestation sera envoyée par mail.

06

# VOTRE SITE INTERNET OFFERT



## CRÉEZ UN **BEAU** SITE EN QUELQUES CLICS

2 JOURNÉES  
DE FORMATION  
VOTRE SITE INTERNET  
EN LIGNE  
& ENTIÈREMENT  
GRATUIT\*



\* nom de domaine et hébergement offerts la première année

### UNE SOLUTION

PROPOSÉE PAR



DÉVELOPPÉE PAR

Webyo

[WWW.MY-LYCAON.COM](http://WWW.MY-LYCAON.COM)

# Aria Expertise Conseils



**Assistance**

**Effacité**

**Confiance**

Expert comptable, Conseil à la création, Expertise conseils,  
Gestion sociale, Transmission d'entreprise, Fiscalité

## LORIENT

3 Bd Cosmao Dumanoir  
56100 Lorient  
Tél. 02 97 35 02 70

## QUIMPERLÉ

10 rue Thiers  
29300 Quimperlé  
Tél. 02 98 96 19 78

Email : [contact@aria-ec.com](mailto:contact@aria-ec.com)

Site Web : [www.aria-ec.com](http://www.aria-ec.com)

## Bien vous protéger c'est aussi protéger votre activité !

Nous vous accompagnons tout au long de votre vie  
d'entrepreneur grâce à nos différentes offres, adaptées à vos besoins :

- Swiss Life Assurance des emprunteurs,
- Swiss Life Prévoyance des professions libérales,
- Swiss Life Retraite Madelin,
- Swiss Life PER,
- Swiss Life Complémentaire santé.



SwissLife

### Nos conseillers dans le Grand Ouest :

#### FINISTÈRE NORD ET CÔTES-D'ARMOR

**Michel CRENN**  
36, rue de la Tour d'Auvergne  
29400 LANDIVISIAU  
Tel : 02.98.24.92.12.  
[michel.crenn.ag@swisslife.fr](mailto:michel.crenn.ag@swisslife.fr)

#### FINISTÈRE SUD

**Laurent LARNICOL**  
86 Avenue de la Gare  
29900 CONGARNEAU  
Tel : 02.98.97.31.76.  
[laurent.larnicol.ag@swisslife.fr](mailto:laurent.larnicol.ag@swisslife.fr)

#### MORBIHAN

**William RÉVEILLON**  
39 bis, Avenue Roosevelt  
56000 VANNES  
Tel : 02.97.63.10.01.  
[william.revillon.ag@swisslife.fr](mailto:william.revillon.ag@swisslife.fr)

#### ILLE-ET-VILAINE

**Amaury de LA SEIGLIÈRE**  
74 boulevard de Metz  
35 700 RENNES  
Tel : 02.99.38.87.13.  
[amaury.delaseigliere.ag@swisslife.fr](mailto:amaury.delaseigliere.ag@swisslife.fr)

#### LOIRE-ATLANTIQUE

**Olivier RAMOS**  
328, Route de Sainte-Luce  
44300 NANTES  
Tel : 09.82.56.30.13.  
[agence.nantes.ag@swisslife.fr](mailto:agence.nantes.ag@swisslife.fr)

#### MAYENNE

**Fabrice LOUIS**  
11, rue du Sergent Louvrier  
53100 MAYENNE  
tel : 02.43.04.27.09.  
[fabrice.louis.ag@swisslife.fr](mailto:fabrice.louis.ag@swisslife.fr)

#### SARTHE

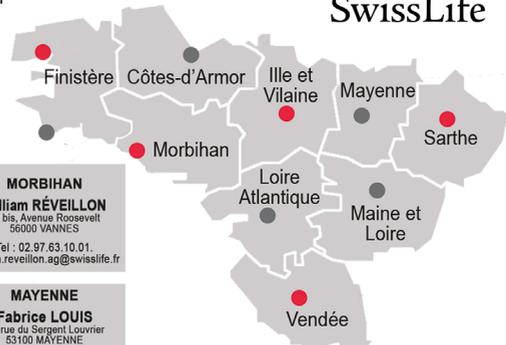
**Jérôme de BILLY**  
57 Avenue Boëlle  
72000 LE MANS  
Tel : 02.43.28.37.33.  
[jerome.decrispindebilly.ag@swisslife.fr](mailto:jerome.decrispindebilly.ag@swisslife.fr)

#### MAINE-ET-LOIRE

**Patrice CREMERS**  
4, rue Hoche  
49100 ANGERS  
Tel : 02.41.24.10.20  
[patrice.cremers.ag@swisslife.fr](mailto:patrice.cremers.ag@swisslife.fr)

#### VENDÉE

**René POCARD**  
2, place de la Prière aux Ducs  
85300 NOIRMOUTIER-EN-LÎLE  
Tel : 02.51.39.07.57.  
[rene.pocard.ag@swisslife.fr](mailto:rene.pocard.ag@swisslife.fr)



VOUS AUSSI

AYEZ LE RÉFLEXE

*des entrepreneurs qui réussissent*



## BIENVENUE AU CLUB !

Créateurs ou dirigeants d'entreprise, vous avez besoin d'assurer votre développement. Les experts et le réseau de la Maison des Professions Libérales du Grand Ouest sont là pour vous accompagner. Plus qu'une association, le MPL Club est un acteur incontournable pour les indépendants (professions libérales, commerçants, artisans).



Un réseau de **100**  
formateurs et partenaires  
institutionnels.



**12000** professionnels  
formés depuis 2012.



**5000** porteurs de projet  
formés depuis 2012.



**70** thèmes de formation  
proposés en 2019



# ACCÉLÉREZ LA CROISSANCE DE VOTRE ENTREPRISE

(professions libérales, commerçants, artisans)

**30 €<sup>TTC</sup>**  
**PAR MOIS**  
ENGAGEMENT 1 AN

Le MPL Club vous offre des services exclusifs :



## FORMATIONS ILLIMITÉES :

Développez de multiples compétences pour gagner en efficacité. Finies les démarches administratives longues et fastidieuses. Inscriptions en ligne en quelques clics.



## SOIRÉES RÉSEAUX :

Rencontrez et échangez avec d'autres entrepreneurs indépendants lors d'événements pour créer vos opportunités de business.



## SIJE\* (Service d'information juridique et entrepreneuriale) :

Plus de 200 experts dans 10 domaines différents répondent à vos questions de chef d'entreprise sous 72 h maximum. Posez vos questions 7j/7 sur notre site internet.



## VISIBILITÉ DIGITALE :

Bénéficiez sur notre site Web d'une page digitale dédiée à votre entreprise en quelques minutes. Faites-vous connaître et gagnez en notoriété.

\* Exemples de thèmes traités par nos experts : ressources humaines, gestion des entreprises, développement et stratégie...

Pour souscrire au MPL Club, vous pouvez adhérer directement en ligne sur notre site internet : [www.mplclub.org](http://www.mplclub.org).



# POUR UN ÉTAT AU SERVICE D'UNE SOCIÉTÉ DE CONFIANCE

## QUELS OBJECTIFS ?

- instaurer une relation de confiance
- conseiller
- accompagner
- simplifier

## POUR QUI ?

tous les usagers dans leurs relations quotidiennes avec les administrations.



LOI ESSOC\*

\*Loi du 10 août 2018

Ainsi, une personne, une entreprise, une société qui commet une erreur pour la première fois ne pourra pas être sanctionnée pour cette erreur si elle a régularisé la situation de sa propre initiative ou après avoir été invitée à le faire par l'Urssaf dans le délai indiqué.

L'entreprise qui régularise sa situation vis-à-vis de l'Urssaf dans ces conditions doit donc verser le montant des cotisations résultant de sa régularisation.

Une sanction peut toutefois être prononcée en cas de mauvaise foi ou de fraude.

Plusieurs mesures sont mises en place pour simplifier les relations avec les usagers et prévenir les erreurs, dans une logique



de pédagogie, de transparence et d'accompagnement. C'est dans cette perspective qu'a été créé le site [www.oups.gouv.fr](http://www.oups.gouv.fr)

Ce site a vocation à recenser et faire connaître les principales erreurs actuellement commises par les particuliers et les professionnels dans leurs démarches administratives.

Construit par évènement de vie (pour les professionnels : paiement des cotisations sociales, obligations douanières et fiscales...), il permet à l'usager de trouver facilement des informations simples et accessibles pour éviter les erreurs vis-à-vis des administrations et opérateurs de service public. Le site comprend notamment les principales erreurs décelées dans les déclarations transmises aux Urssaf.



Une information Urssaf Bretagne, Urssaf Pays de la Loire et Urssaf Poitou-Charentes  
Conception - réalisation : Urssaf Poitou-Charentes - novembre 2015

## VOUS CRÉEZ VOTRE ENTREPRISE

Tout savoir sur vos démarches, vos formalités...

Des guides communs pour les créateurs d'entreprises - travailleurs indépendants et professions libérales - ont été actualisés en septembre 2018, en collaboration avec la Sécurité sociale pour les indépendants.

Ces guides sont disponibles en ligne sur le site [urssaf.fr](http://urssaf.fr) (Accueil > Actualités > Toute l'actualité indépendant > Nouveaux guides « créateurs d'entreprise »). Un guide spécifique sur le statut de microentrepreneur est disponible en ligne sur [autoentrepreneur.urssaf.fr](http://autoentrepreneur.urssaf.fr)



Retrouvez aussi les actualités sur [urssaf.fr](http://urssaf.fr)

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION ET ORGANISATION

### Pour vous inscrire :

■ Pour les formations « Aide à l'installation et à la création », **il faut être en cours de création d'entreprise libérale ou installé(e) depuis moins d'un an.**

■ Pour toutes les formations traditionnelles (sauf les formations de création d'entreprise libérale), vous devez être immatriculé(e), et à jour de vos cotisations URSSAF. À cet effet, nous vous demandons de bien vouloir nous fournir **la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP) ou votre attestation d'affiliation à la Sécurité Sociale des Indépendants et votre avis INSEE,** pour valider votre prise en charge.

**L'inscription ne sera définitive que sur présentation de ces documents.**

### Inscription par le web :

Le formulaire disponible via notre site internet doit être dûment complété.

### Inscription par téléphone :

Le formulaire sera complété en direct avec le conseiller en formation.

### Après l'inscription :

Vous recevrez une confirmation d'inscription par mail. 10 jours avant la formation, sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits, vous recevrez par mail votre convocation qui comprend :

- le programme pédagogique,
- le lieu,
- les horaires,
- les détails techniques.

La MPL Grand Ouest - ORIFF PL Bretagne / Pays de la Loire et Poitou-Charentes ne saurait voir sa responsabilité engagée en cas de report ou d'annulation d'une session, dont vous serez informé(e) dans les meilleurs délais. Elle se réserve la possibilité d'annuler les formations en cas d'effectifs insuffisants ou en cas de force majeure, au maximum 5 jours ouvrés avant la formation.

## DÉSISTEMENT ET ABSENCE

**Aucune annulation ne sera acceptée par téléphone.**

Tout désistement à une session de formation devra faire l'objet d'un mail à l'adresse suivante, au moins 6 jours avant : ***contact@mplgrandouest.org***

**En cas d'absence non signalée au moins 6 jours avant le début de la formation ou signalée tardivement (à moins de 6 jours), la MPL Grand Ouest se réserve le droit de facturer des frais d'annulation d'un montant de 50 euros, sauf en cas de force majeure (accident, hospitalisation, arrêt-maladie, décès d'un proche). Un justificatif pourra vous être demandé.**

## HORAIRES DE FORMATIONS

- Demi-journée : 9h00 - 13h00 ou 13h30 - 17h30,
- Journée : 9h00- 17h30 environ, avec une pause déjeuner d'une heure et demie.

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION (SUITE)

## FINANCEMENT ET PRISE EN CHARGE

Dans le cadre du paiement de votre contribution à la formation professionnelle (CFP), vous pouvez bénéficier d'un financement de vos actions de formation. En fonction de votre situation et de votre code APE (ou NAF), l'organisme financeur est différent.

	Professionnels libéraux relevant du FIF-PL. (Fonds Interprofessionnel de Formation)		Professionnels libéraux ne relevant pas du FIF-PL et salariés. (médecin, artiste, moniteur auto-école...)		Professionnels libéraux adhérents à une AGA partenaire.
	Formations traditionnelles	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles
<b>Professionnels libéraux installés</b>	2 jours par année civile, pris en charge par le FIF-PL, sans avance de frais pour vous, ni incidence sur votre propre budget individuel de formation.	5 jours (pris en charge) par année civile. Votre n° SIRET doit dater de moins d'un an.	250 € la journée de formation ou 125 € la demi-journée.  Vous devez faire une demande de prise en charge à votre OPCO (OPCO EP, FAF-PM...). Il convient de se rapprocher d'eux pour toute information à ce sujet.	50 € la journée de formation.	Formations illimitées en comptabilité et fiscalité, et vous bénéficiez en plus de 4 journées de formations à choisir dans ce catalogue. (Hors aide à l'installation et à la création).
	Si vous souhaitez participer à davantage de formations, les tarifs sont les suivants : 250 € la journée supplémentaire ou 125 € la demi-journée, avec une possibilité de prise en charge individuelle par le FIF-PL.				
<b>Professionnels libéraux non installés</b>	250 € la journée de formation.	5 jours (pris en charge) par année civile.	250 € la journée de formation ou 125 € la demi-journée. Demande de prise en charge à votre fonds de financement.	150 € pour 4 jours et 200 € pour 5 jours par année civile.	/



## L'Assurance Maladie

vous simplifie la vie avec **ses services en ligne !**

### Assuré



#### Le compte ameli

L'espace personnel qui vous rend bien des services

- ▶ Suivez vos remboursements
- ▶ Téléchargez vos attestations
- ▶ Obtenez votre carte européenne
- ▶ Déclarez une naissance, une nouvelle adresse, la perte ou le vol de votre carte Vitale
- ▶ Contactez votre caisse par e-mail
- ▶ Consultez votre espace prévention

### Employeur



#### Net-entreprises.fr

Le site des déclarations sociales

- ▶ Effectuez vos attestations de salaires
- ▶ Consultez vos bordereaux de paiement d'indemnités journalières
- ▶ Déclarez vos accidents du travail
- ▶ Consultez votre compte AT/MP

### Professionnel de santé



#### Espacepro.ameli.fr

L'espace des professionnels de santé

- ▶ Suivez vos paiements en tiers payant
- ▶ Saisissez et transmettez :
  - vos avis d'arrêt de travail
  - vos protocoles de soins
  - vos déclarations de médecin traitant
- ▶ Commandez vos formulaires, kits de dépistage, etc.
- ▶ Contactez votre caisse par e-mail

# LES ARAPL

PLUS GRAND RÉSEAU D'ASSOCIATIONS DE GESTION AGRÉÉES  
DE FRANCE 130 000 adhérents

ADHÉREZ  
&  
BÉNÉFICIEZ  
de la  
NON MAJORATION  
de 25%  
de votre bénéfice

## 4 STRUCTURES pour UN SERVICE de PROXIMITÉ

NOTRE MISSION  
VOUS ACCOMPAGNER

 Informer

 Former

 Prévenir

 Sécuriser

**arapl**  
Grand Ouest

107, avenue Henri Fréville  
CS 80738  
35207 Rennes Cedex 2  
02 99 53 60 70  
[www.araplgrandouest.org](http://www.araplgrandouest.org)

**ARAPL**  
Normandie Ouest

11 Rue du Colonel Rémy  
BP 35363  
14053 CAEN Cedex 4  
02 31 44 27 65  
[www.araplno.org](http://www.araplno.org)

 **ARAPL**  
NORMANDIE SEINE

66 Quai de Boisguilbert  
76000 ROUEN  
02 35 61 61 86  
[www.araplno.org](http://www.araplno.org)

**ARAPL**  
GRAND CENTRE

19 bd Alexandre Martin  
BP 1805  
45008 ORLÉANS Cedex 1  
02.38.42.24.00  
[www.araplno.org](http://www.araplno.org)



**oriffpl**

OFFICE RÉGIONAL D'INFORMATION, DE FORMATION  
ET DE FORMALITÉS DES PROFESSIONS LIBÉRALES  
CAEN-NORMANDIE

**ORIFF PL CAEN-NORMANDIE**  
**11 rue du Colonel Rémy BP 35363**  
**14053 CAEN Cedex 4**

**Email : [secretariat@oriffpl-cn.fr](mailto:secretariat@oriffpl-cn.fr)**

**02.31.47.99.05**

Suivez-nous sur :



# MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTRICE

Madame, Monsieur,

La Maison des Professions libérales de Caen a déjà 10 ans !!!!!

Ce lieu d'accueil, de formation et d'information, c'est le vôtre.

L'ORIFF-PL Caen Normandie, organisme de formation déclaré, a décidé cette année, pour vous satisfaire, de développer de nouveaux thèmes de formations pour répondre à vos demandes, et de concevoir un nouveau catalogue de formation, car vous êtes toujours plus nombreux à venir vous former.

Que vous soyez futurs créateurs d'entreprise libérale ou professionnels libéraux installés, nous sommes une équipe à votre écoute.

Le Président  
Daniel FREIRE

La Directrice  
Patricia DELACOUR

# NOS MISSIONS

L'ORIFF PL est une structure, un lieu, un organisme, une entité pour aider le professionnel libéral à aborder son exercice.

Il a été créé à l'initiative de l'UNAPL en partenariat avec l'Etat, la Région et l'URSSAF, en liaison avec les organisations et les instances professionnelles. L'ORIFF PL Caen-Normandie a pour but d'accompagner le futur libéral dans l'étude de son projet, la sélection des objectifs et des priorités, le démarrage de son activité.

Il favorise l'insertion des professionnels libéraux :

- à l'issue de leurs études,
- et tous ceux qui désirent créer leur propre activité après une expérience professionnelle (cadre d'entreprise, expert...),

jusqu'au développement complet de l'entreprise.

Vous y trouverez un accueil personnalisé, des professionnels compétents et expérimentés, des salles de réunion, du matériel informatique, et bien sûr un lieu de rencontre entre libéraux...



## UN SOUTIEN À LA CRÉATION / ET OU LA REPRISE

- Aide aux jeunes pour identifier les directions de recherche en fonction du marché,
- Soutien aux demandeurs d'emploi pour la création de leur propre emploi en exercice libéral,
- Accompagnement dans les premières années d'exercice et suivi pour assurer la réussite du projet,
- Simplification des démarches des professionnels libéraux.



## DES INFORMATIONS TOUJOURS À JOUR

- Veille sur la réglementation et les mises à jour d'informations,
- Diffusion des toutes dernières informations au réseau,
- Modules d'information: préparation à l'installation, gestion de son activité, mode d'exercice, couverture sociale, prévoyance, aide...



## DES FORMATIONS ET UN RÉSEAU

- Formations créées en adéquation avec les besoins du réseau : informatique, embauche et aide à l'emploi, administration, fiscalité, gestion, banque et assurance, juridique...
- Organisation de stages, séminaires et réunions animés par des intervenants professionnels. Ils sont destinés à aider les futurs/actuels libéraux à développer leur activité jusqu'à maturité et à développer leur réseau.

## AIDES AUX FORMALITÉS

- Services fiscaux
- INSEE
- DIRRECTE - Inspection du travail
- Pôle emploi
- URSSAF - Allocations familiales
- Caisse d'assurances maladie
- Caisse vieillesse

# VOS SALARIÉ(E)S PEUVENT BÉNÉFICIER DE FORMATIONS

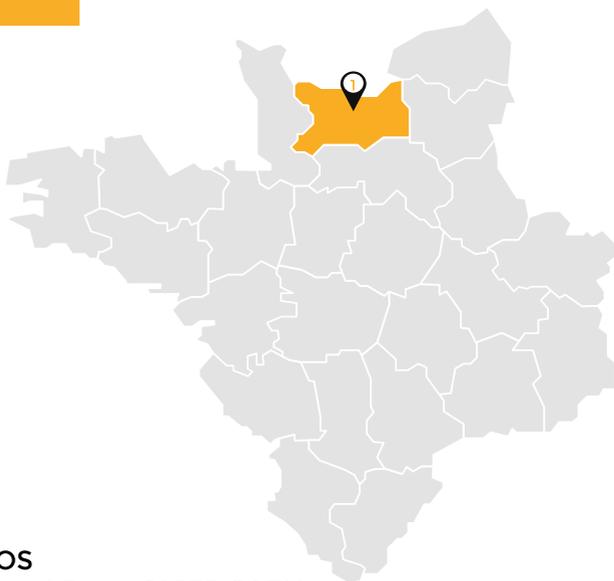
Vous cotisez à un OPCO (Opérateur de compétences) pour la formation de vos salariés. Pour la plupart des professions libérales, il s'agit d'ACTALIANS (ex. OPCO PL). Cependant d'autres professions ont des accords avec d'autres OPCO : les agents généraux d'assurance doivent passer par OPCABAIA, les experts-comptables par AGEFOS PME.

Rapprochez-vous de votre OPCO pour connaître précisément les modalités et critères d'éligibilité et de prise en charge des formations.

**Pour plus de renseignements concernant les modalités de prise en charge, notre service de formation est à votre écoute.**



Où nous trouver ?



**1** CALVADOS  
11 rue du colonel Rémy 14053 CAEN

# PROCESS D'INSCRIPTION ET FINANCEMENT



## BESOIN DE FORMATION

Vous venez d'obtenir votre SIRET, vous êtes donc officiellement chef(fe) d'entreprise. Afin de vous aider dans le développement de votre entreprise, nous vous proposons des formations dans divers domaines.

01



## FINANCEMENT

Si vous dépendez du FIFPL, vous bénéficiez de 2 journées de formation prises en charge par an. Pour connaître le fonds de formation auprès duquel vous cotisez, n'hésitez pas à nous contacter.

02



## INSCRIPTION

Pour vous inscrire rien de plus simple. Vous pouvez nous contacter par téléphone au **02.31.47.99.05** ou sur notre site internet : **www.oriffpl-cn.fr**  
Finies les démarches administratives longues et fastidieuses !

03



## CONVOCATION

10 jours avant, nous adressons par mail la convocation avec les horaires et lieu de formation. Vous devrez en amont nous fournir impérativement la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP).

04



## JOUR J

A l'issue de la formation, vous êtes invité à signer la feuille d'émargement et à remplir une fiche d'évaluation. Celle-ci permet de mesurer le degré de satisfaction de la formation proposée.

05



## ATTESTATION DE FORMATION

Quelques jours après la formation une attestation sera envoyée par mail.

06

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION ET ORGANISATION

### Pour vous inscrire

Pré requis : être à jour de vos cotisations URSSAF. A cet effet, nous pouvons vous demander votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP), pour valider votre prise en charge. Dans le cadre du paiement de votre contribution à la formation professionnelle, vous pouvez bénéficier d'un financement de vos actions de formation.

Inscrivez-vous directement sur notre site internet [www.oriffpl-cn.fr](http://www.oriffpl-cn.fr) et transmettez-nous votre règlement à l'ordre de l'ORIFF-PL CN. Toute inscription ne sera définitive qu'après réception de votre règlement.

A réception de votre règlement, vous recevrez une convocation par mail, ainsi que les conditions de réalisation de la formation, sous réserve d'un nombre suffisants d'inscrits.

L'ORIFF-PL CN ne saurait voir sa responsabilité engagée en cas de report ou d'annulation d'une session, dont vous serez informé dans les meilleurs délais, et se réserve la possibilité d'annuler les formations en cas d'effectifs insuffisants au maximum deux jours ouvrés avant la formation.

### Désistement et absence

Tout désistement à une session de formation devra faire l'objet d'un mail à l'adresse suivante : [secretariat@oriffpl-cn.fr](mailto:secretariat@oriffpl-cn.fr).

En cas d'absence non signalée, moins de 48 heures ouvrables avant le début de la formation, vos frais d'inscription seront alors encaissés, sauf cas de force majeure\*.

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION (SUITE)

## FINANCEMENT ET PRISE EN CHARGE

Dans le cadre du paiement de votre contribution à la formation professionnelle (CFP), vous pouvez bénéficier d'un financement de vos actions de formation. En fonction de votre situation et de votre code APE, l'organisme financeur est différent.

### Professionnels libéraux relevant du FIF-PL

Deux jours de formation sont susceptibles d'être pris en charge par le FIF-PL sans incidence sur votre propre budget individuel de formation dans le cadre des dossiers collectifs.

Il restera à votre charge 25€ par journée de formation pour les frais de dossier (traitement de la prise en charge du FIF PL) à régler à l'ORIFF-PL Caen Normandie avant le jour de la formation.

Au-delà de ces 2 jours, si vous souhaitez participer à davantage de formations, les tarifs sont les suivants : 275 € la journée supplémentaire.

### Professionnels libéraux ne relevant pas du FIF-PL et Salariés

Vous devez faire une demande de prise en charge à votre fonds de financement. Ces fonds ont leurs propres critères de prise en charge, il convient de se rapprocher d'eux pour toute information à ce sujet. Nous pouvons vous accompagner pour la constitution du dossier.

Les tarifs appliqués sont les suivants :

- 150 € la demi-journée.
- 275 € la journée.

### Parcours du créateur d'entreprise libérale (5 jours)

• Module 1 - création de l'entreprise libérale - 1 jour, frais de dossier (traitement de la prise en charge du FIF PL) de 10€

• Module 2 - 4 jours pour entreprendre - frais de dossier (traitement de la prise en charge du FIF PL) de 25€

Les frais d'inscription sont à régler à l'ORIFF PL Caen Normandie avant le jour de la formation.

Possibilité de prise en charge par Pôle Emploi pour les demandeurs d'emploi.

Horaires des formations : demi-journée : 9h00-13h00 / journée : 9h00-17h00 -avec une pause-déjeuner d'une heure.

\* Accident, hospitalisation, arrêt-maladie, décès d'un proche. Un justificatif pourra vous être demandé.



**ORIFF-PL**

**Centre Val de Loire**

**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE  
19 bd Alexandre Martin  
45000 ORLÉANS**

**Email : [contact@oriffplcvdl.org](mailto:contact@oriffplcvdl.org)**

**02.38.42.24.02**

Suivez-nous sur :



## MOT DU PRÉSIDENT



**L'**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE propose ses actions de formations dédiées aux professionnels libéraux, leurs salariés mais aussi aux professionnels indépendants. Ses actions sont essentielles pour le développement de l'entreprise et de ses équipes.

Notre organisme vous accompagne tout au long de la vie de votre entreprise. Il vous facilitera le quotidien, vous permettra de remplir vos obligations envers vos salariés et

vous secondera dans toutes les étapes du développement de votre entreprise.

**Ayez le réflexe formation !**

**Bernard-Henri MONNIER**  
Président ORIFF PL Centre Val de Loire

# QUI SOMMES - NOUS ?

- Une association loi 1901 créée en 2007 à l'initiative de professionnels libéraux.
- Une présence territoriale en Région Centre Val de Loire (Orléans, Tours, Blois, Bourges, Châteauroux).
- Le rôle de l'ORIFF-PL Centre Val de Loire (Office Régional d'Information, de Formation et de Formalités des Professions Libérales) :

- PROPOSER UNE OFFRE DE FORMATIONS VARIÉES SPÉCIFIQUEMENT ÉTUDIÉE POUR DÉVELOPPER L'ENTREPRENARIAT LIBÉRAL,

- ORGANISER DES FORMATIONS À DESTINATION DES PROFESSIONNELS LIBÉRAUX,

- ACCOMPAGNER LES PORTEURS DE PROJETS DE CRÉATION D'ENTREPRISE LIBÉRALE .

**N° 1**  
de la formation  
des libéraux

## Le Conseil d'Administration



PRÉSIDENT	VICE PRÉSIDENT	TRÉSORIÈRE	SECRÉTAIRE
Bernard Henri MONNIER Architecte	Eric JAVOY Architecte	Odile BORDIER Avocate	Dominique CHEVALLIER Expert Comptable

## Une équipe à l'écoute de vos besoins



**NIZOVA Svetlana**  
Responsable  
communication et qualité



**LHAMMI Saba**  
Apprenti en marketing et  
développement commercial

# NOS MISSIONS



*Public*  
**ÉTUDIANTS EN  
DERNIÈRE ANNÉE**

*Objectif :* Sensibiliser et susciter l'envie de s'installer en libéral.

*Offre :* Interventions dans les universités et les écoles.



*Public*  
**PORTEURS DE PROJETS  
DE CRÉATION EN LIBÉRAL**

*Objectif :* Aider à l'installation et à la reprise en libéral.

*Offre :*

- Journée de la création,
- Journée de la création santé,
- Journée micro-entrepreneur,
- Parcours 2 jours.



*Public*  
**PROFESSIONNELS  
LIBÉRAUX INSTALLÉS**

*Objectif :* Former au pilotage de l'entreprise libérale.

*Offre :* Formation continue au métier de chef d'entreprise.

## QUELQUES CHIFFRES



**700** professionnels libéraux formés en 2018



**30** thèmes de formation proposés en 2018

Répartition des participants par thématiques en 2018 :

69 %

**COMPTABILITÉ ET  
FISCALITÉ**

23 %

**JURIDIQUE,  
REGLEMENTATION ET  
INFORMATIQUE**

9 %

**DEVELOPPEMENT  
PERSONNEL ET LANGUES**

# VOS SALARIÉ(E)S PEUVENT BÉNÉFICIER DE FORMATIONS

Vous cotisez à un OPCO (Les opérateurs de compétences) pour la formation de vos salariés. Pour la plupart des professions libérales, il s'agit d'ACTALIANS. Cependant d'autres professions ont des accords avec d'autres OPCO : les agents généraux d'assurance doivent passer par OPCABAIA, les experts-comptables par AGEFOS PME.

Rapprochez-vous de votre OPCO pour connaître précisément les modalités et critères d'éligibilité et de prise en charge des formations.

**Pour plus de renseignements concernant les modalités de prise en charge, notre service de formation est à votre écoute.**



Où nous trouver ?

Les sites de formation :

**1** ORLÉANS  
19 bd Alexandre Martin 45000 ORLEANS

**2** BOURGES  
88 rue de Vauvert 18000 BOURGES

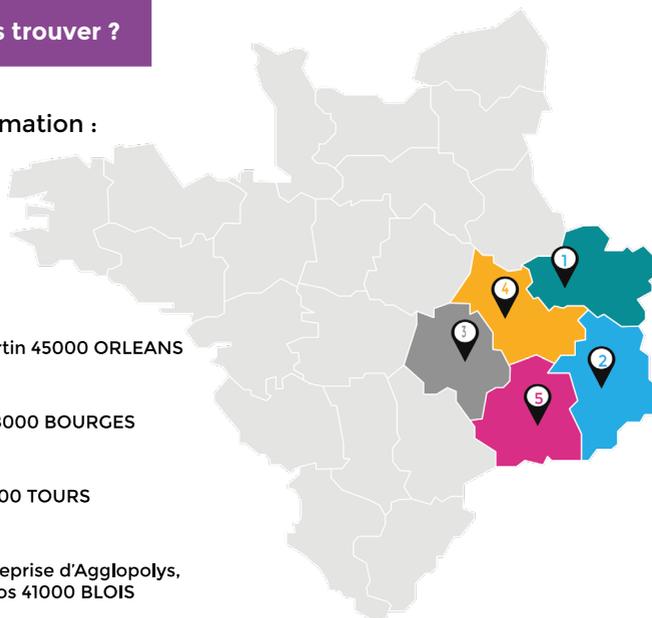
**3** TOURS  
4 rue Gambetta 37000 TOURS

**4** BLOIS  
Le LAB - Pôle d'Entreprise d'Agglopolys,  
3/5 rue Roland Garros 41000 BLOIS

**5** CHÂTEAURoux  
9 rue Albert 1er 36000 CHATEAURoux

Orléans, Tours, Blois, Châteauroux  
02 38 42 24 02

Bourges  
02 48 66 63 42





## La Médicale à vos côtés pour vous assurer, vous et votre activité

### **Typhaine BARBOU**

Agent général N° Orias : 150 003 03  
06.32.91.86.76  
typhaine.barbou@lamedicale.fr

### **Gilles BOUYSSET**

Agent général N° Orias : 120 676 79  
06.48.75.27.90  
gilles.bouysset@lamedicale.fr

### **Danièle TWOREK**

Chargée de clientèle d'Eure et Loire  
07.70.28.98.48  
danièle.tworek@lamedicale.fr

**La Médicale Orléans**  
[www.lamedicale.fr](http://www.lamedicale.fr)

### **Protection de votre activité professionnelle**

- Responsabilité Civile Professionnelle et Protection Juridique
- Assurance des locaux professionnels et Perte d'exploitation

### **Protection de vos revenus**

- Assurance prévoyance de vos revenus et de votre famille et des associés
- Assurance emprunteur

### **Protection de votre vie privée**

- Habitation
- Automobile
- Complémentaire santé et des accidents de la vie

### **Pour votre avenir - Assurances vie et retraite**

- Assurance Vie
- Contrats Madelin et PERP
- Epargne salariale, Contrat de capitalisation

#### **Adresse**

24, quai Cypierre  
45000 ORLÉANS

#### **Contacts**

Tél. : 02 38 42 01 70  
orleans@lamedicale.fr

Horaires du lundi au vendredi : De 9h à 13h et de 14h à 17h



# PROFESSIONS LIBÉRALES : FAITES DE VOTRE INSTALLATION UNE RÉUSSITE



**Banque Populaire accompagne ceux qui se lancent à leur compte avec [Instaletliberal.fr](https://www.instaletliberal.fr)**

À chaque étape de votre parcours, des conseils et services personnalisés pour vous aider dans la réussite de votre projet.

**BANQUE POPULAIRE**  
VAL DE FRANCE



Contact Loiret :  
Mathieu Delabre  
Mob : 06 03 92 61 98  
[mathieu.delabre@bpvf.fr](mailto:mathieu.delabre@bpvf.fr)

Banque Populaire Val de France - SA coopérative de Banque Populaire à capital variable. Siège social : 9 av. Newton, 78180 Montigny-le-Bretonneux.  
Intermédiaire d'assurance immatriculé à l'ORIAS sous le n° 07 023 354. SIREN 549 800 373 RCS Versailles.

Crédit photo : Julien Magré - 

# PROCESS D'INSCRIPTION ET FINANCEMENT



## BESOIN DE FORMATION

Vous venez d'obtenir votre SIRET, vous êtes donc officiellement chef(fe) d'entreprise. Afin de vous aider dans le développement de votre entreprise, nous vous proposons des formations dans divers domaines.

01



## FINANCEMENT

Si vous dépendez du FIFPL, vous bénéficiez de 2 journées de formation prises en charge par an. Pour connaître le fonds de formation auprès duquel vous cotisez, n'hésitez pas à nous contacter.

02



## INSCRIPTION

Pour vous inscrire rien de plus simple. Vous pouvez nous contacter par téléphone au **02.38.42.24.02** ou sur notre site internet : **[www.oriffplcvdl.org](http://www.oriffplcvdl.org)**  
Finies les démarches administratives longues et fastidieuses !

03



## CONVOCATION

10 jours avant, nous adressons par mail la convocation avec les horaires et lieu de formation. Vous devrez en amont nous fournir impérativement la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP).

04



## JOUR J

A l'issue de la formation, vous êtes invité à signer la feuille d'émargement et à remplir une fiche d'évaluation. Celle-ci permet de mesurer le degré de satisfaction de la formation proposée.

05



## ATTESTATION DE FORMATION

Quelques jours après la formation une attestation sera envoyée par mail.

06

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION ET ORGANISATION

### Pour vous inscrire :

■ Pour les formations « Aide à l'installation et à la création », **il faut être en cours de création d'entreprise libérale ou installé(e) depuis moins d'un an.**

■ Pour toutes les formations traditionnelles (sauf les formations de création d'entreprise libérale), vous devez être immatriculé(e), et à jour de vos cotisations URSSAF. À cet effet, nous vous demandons de bien vouloir nous fournir **la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP) ou votre attestation d'affiliation à la Sécurité Sociale des Indépendants,** pour valider votre prise en charge.

**L'inscription ne sera définitive que sur présentation de ce document.**

### Inscription par le web :

Le formulaire disponible via notre site internet doit être dûment complété.

### Inscription par téléphone :

Le formulaire sera complété en direct avec le conseiller en formation.

### Après l'inscription :

Vous recevrez une confirmation d'inscription par mail. 10 jours avant la formation, sous réserve d'un nombre satisfaisant d'inscrits, vous recevrez par mail votre convocation qui comprend :

- le programme pédagogique,
- le règlement intérieur.

L'ORIFF Centre Val de Loire ne saurait voir sa responsabilité engagée en cas de report ou d'annulation d'une session, dont vous serez informé(e) dans les meilleurs délais. Elle se réserve la possibilité d'annuler les formations en cas d'effectifs insuffisants ou en cas de force majeure, au maximum 5 jours ouvrés avant la formation.

## DÉSISTEMENT ET ABSENCE

**Aucune annulation ne sera acceptée par téléphone.**

Tout désistement à une session de formation devra faire l'objet d'un mail à l'adresse suivante, au moins 6 jours avant : ***contact@oriffplcvl.org***

**En cas d'absence non signalée au moins 6 jours avant le début de la formation ou signalée tardivement (à moins de 6 jours), l'ORIFF PL Centre Val de Loire se réserve le droit de facturer des frais d'annulation d'un montant de 50 euros, sauf en cas de force majeure (accident, hospitalisation, arrêt-maladie, décès d'un proche). Un justificatif pourra vous être demandé.**

## HORAIRES DE FORMATIONS

- Demi-journée : 9h00 - 13h00 ou 14H00 - 18h00,
- Journée : 9h00- 17h30 environ, avec une pause déjeuner d'une heure et demie.

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION (SUITE)

## FINANCEMENT ET PRISE EN CHARGE

Dans le cadre du paiement de votre contribution à la formation professionnelle (CFP), vous pouvez bénéficier d'un financement de vos actions de formation. En fonction de votre situation et de votre code APE (ou NAF), l'organisme financeur est différent.

	Professionnels libéraux relevant du FIF-PL. (Fonds Interprofessionnel de Formation)		Professionnels libéraux ne relevant pas du FIF-PL et salariés. (médecin, artiste, moniteur auto-école...)		Professionnels libéraux adhérents à une AGA partenaire.
	Formations traditionnelles	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles
Professionnels libéraux installés	2 jours par année civile, pris en charge par le FIF-PL, sans avance de frais pour vous, ni incidence sur votre propre budget individuel de formation.	3 jours (pris en charge) par année civile. Votre n° SIRET doit dater de moins d'un an.	150 € la journée de formation ou 75 € la demi-journée.  Vous devez faire une demande de prise en charge à votre OPCO (OPCO EP, FAF-PM...). Il convient de se rapprocher d'eux pour toute information à ce sujet.	Journée Gratuite	Formations «Tenir sa comptabilité libérale» et «Déclaration 2035» offertes et vous bénéficiez en plus de 2 journées de formations à choisir dans ce catalogue. (Hors aide à l'installation et à la création).
	Si vous souhaitez participer à davantage de formations, les tarifs sont les suivants : 150€ la journée supplémentaire ou 75 € la demi-journée, avec une possibilité de prise en charge individuelle par le FIF-PL.				
Professionnels libéraux non installés	150 € la journée de formation.	3 jours (pris en charge) par année civile.	150 € la journée de formation ou 75 € la demi-journée. Demande de prise en charge à votre fonds de financement.	Journée Gratuite	

# oriffpl

Normandie Seine

*«Osez la création d'entreprise»*

**ORIFF PL NORMANDIE SEINE**  
**66 quai de Boisguilbert**  
**76000 ROUEN**

**Email : [contact@oriffpl-ns.org](mailto:contact@oriffpl-ns.org)**

**02.35.60.90.55**

Suivez-nous sur :



## MOT DU PRÉSIDENT



Mesdames, Messieurs, Chers collègues,

**N**os professions et les demandes de nos patients, de nos clients évoluent sans cesse et nous devons nous adapter mais aussi être suffisamment formés pour ne pas déroger à l'éthique et aux règles déontologiques qui font notre force et notre fierté.

C'est notre rôle à l'ORIFF-PL de vous proposer les outils qui vont garantir votre indépendance et votre compétence en dehors de votre technique purement professionnelle.

Un nouveau conseil d'administration que j'ai l'honneur de présider à été mis en place au mois d'octobre 2019 pour assurer la continuité de l'équipe précédente.

Je tiens à remercier chaleureusement Guy BUISSON qui a donné à notre organisme toute sa légitimité et les moyens de vous servir.

Soyez sûr que nous mettrons toute notre énergie à vous accompagner dans vos projets et que nous serons particulièrement attentifs à votre demande.

Eric de FALCO  
Président de l'ORIFF-PL Normandie Seine

## MOT DE LA DIRECTRICE

**L'**ORIFF-PL accueille tous les professionnels libéraux, réglementés et non réglementés, afin de les accompagner dans leurs installations mais aussi pour répondre à leurs besoins de formation dans le cadre de leur exercice professionnel.

Nous nous efforçons, chaque année, à l'ORIFF-PL d'améliorer notre offre de formation pour vous permettre d'échanger, de partager, de rencontrer d'autres professionnels libéraux et d'élargir vos compétences.

Vous avez encore été nombreux en 2019 à découvrir nos offres, j'espère que ce catalogue et ce nouveau programme sauront vous séduire.

Venez optimiser votre potentiel avec l'Oriff pl pour agir sur l'avenir !

Géraldine POLLEFOORT  
Directrice de l'ORIFF-PL Normandie Seine



# QUI SOMMES - NOUS ?

- Une association loi 1901 créée en 2007 à l'initiative de professionnels libéraux.

- Une présence sur l'ensemble du département de la Seine-Maritime.

- Les professions libérales, ce sont 750 000 entreprises, plus de 10% de l'emploi national, 20 à 25 % des PME/TPE, plus de 300 nouvelles professions qui, au quotidien, sont mobilisées pour travailler au service de l'humain dans les familles de la santé, du droit, du cadre de vie et de la technique.

Or, aucune « Chambre des Professions Libérales », ne leur est consacrée.

- Fort de ce constat, l'ORIFF-PL a été créée afin d'accompagner les professionnels libéraux dans leur installation et de favoriser leur formation tout au long de la vie.

N° 1

de la formation  
des libéraux

Désireux de répondre au mieux et de satisfaire à vos aspirations en matière de création d'entreprises libérales et d'amélioration

des connaissances, l'ORIFF-PL s'est fixé les missions suivantes :

- ACCUEILLIR
- ACCOMPAGNER
- INFORMER
- FORMER.

## Le Conseil d'Administration



**PRÉSIDENT**

de **FALCO Eric**  
Chirurgien-  
Dentiste



**VICE-  
PRÉSIDENTE**

**LALANDE  
Marie-hélène**  
Pharmacienne



**TRÉSORIER**

**BECKMANN  
Timothée**  
Huissier de justice



**SECRÉTAIRE**

**BOUCHET Aurélie**  
Agent général  
d'assurances



**CHARGÉE  
DE MISSION**

**LELIÈVRE Camille**  
Orthophoniste

# NOS MISSIONS



*Public*  
**ÉTUDIANTS EN  
 DERNIÈRE ANNÉE**

*Objectif :* Sensibiliser et susciter l'envie de s'installer en libéral.

*Offre :* Interventions dans les universités et les écoles



*Public*  
**PORTEURS DE PROJETS  
 DE CRÉATION EN LIBÉRAL**

*Objectif :* Aider à l'installation et à la reprise en libéral.

*Offre :* ■ Journée de la création,  
 ■ Journée de la création santé,



*Public*  
**PROFESSIONNELS  
 LIBÉRAUX INSTALLÉS**

*Objectif :* Former au pilotage de l'entreprise libérale.

*Offre :* Formation continue au métier de chef d'entreprise.

## QUELQUES CHIFFRES

 **800** professionnels libéraux formés en 2019.

 Un réseau de **18** formateurs.

 **34** thèmes de formation proposés en 2019.

Répartition des professionnels libéraux en secteur d'activité :

**60 %**  
**TECHNIQUE ET  
 CADRE DE VIE**  
 (architecte, formateur, praticien bien-être...)

**34 %**  
**SANTÉ**  
 (médecin, chirurgien-dentiste, infirmière, pédicure-podologue...)

**6 %**  
**DRUIT**  
 (avocat, notaire, huissier, greffier, mandataire judiciaire...)

# VOS SALARIÉ(E)S PEUVENT BÉNÉFICIER DE FORMATIONS

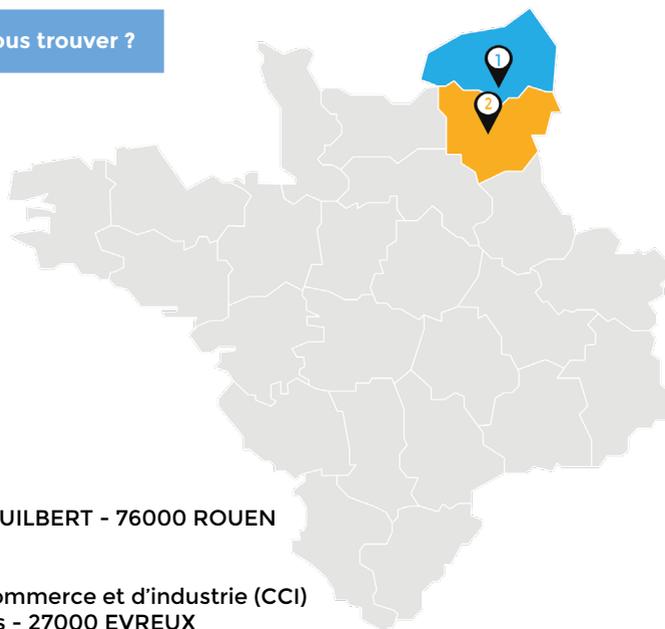
Vous cotisez à un OPCO (Opérateur de compétences) pour la formation de vos salariés. Pour la plupart des professions libérales, il s'agit d'ACTALIANS (ex. OPCO PL). Cependant d'autres professions ont des accords avec d'autres OPCO : les agents généraux d'assurance doivent passer par OPCABAIA, les experts-comptables par AGEFOS PME.

Rapprochez-vous de votre OPCO pour connaître précisément les modalités et critères d'éligibilité et de prise en charge des formations.

**Pour plus de renseignements concernant les modalités de prise en charge, notre service de formation est à votre écoute.**



Où nous trouver ?



## 1 ROUEN

66, quai BOISGUILBERT - 76000 ROUEN

## 2 EVREUX

Chambre de commerce et d'industrie (CCI)  
215, route Paris - 27000 EVREUX

# PROCESS D'INSCRIPTION ET FINANCEMENT



## BESOIN DE FORMATION

Vous venez d'obtenir votre SIRET, vous êtes donc officiellement chef(fe) d'entreprise. Afin de vous aider dans le développement de votre entreprise, nous vous proposons des formations dans divers domaines.

01



## FINANCEMENT

Si vous dépendez du FIFPL, vous bénéficiez de 2 journées de formation prises en charge par an. Pour connaître le fonds de formation auprès duquel vous cotisez, n'hésitez pas à nous contacter.

02



## INSCRIPTION

Pour vous inscrire rien de plus simple. Vous pouvez nous contacter par téléphone au **02.35.60.90.55** ou sur notre site internet : [www.oriffpl-ns.org](http://www.oriffpl-ns.org).

03



## CONVOCATION

10 jours avant, nous adressons par mail la convocation avec les horaires et lieu de formation. Vous devrez en amont nous fournir impérativement la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP).

04



## JOUR J

A l'issue de la formation, vous êtes invité à signer la feuille d'émargement et à remplir une fiche d'évaluation. Celle-ci permet de mesurer le degré de satisfaction de la formation proposée.

05



## ATTESTATION DE FORMATION

Quelques jours après la formation une attestation sera envoyée par mail.

06

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION ET ORGANISATION

### Pour vous inscrire :

■ Pour les formations « Aide à l'installation et à la création », **il faut être en cours de création d'entreprise libérale ou installé(e) depuis moins d'un an pour la première fois.**

■ Pour toutes les formations traditionnelles (sauf les formations de créations d'entreprises libérales), vous devez être immatriculé(e), et à jour de vos cotisations URSSAF. À cet effet, nous vous demandons de bien vouloir nous fournir **la copie de votre attestation URSSAF de Contribution à la Formation Professionnelle (CFP)**, pour valider votre prise en charge (à défaut vous serez facturé).

### Inscription par le web :

Le formulaire disponible via notre site internet doit être dûment complété.

### Inscription par téléphone :

Le formulaire sera complété en direct avec le conseiller en formation.

### Après l'inscription :

Vous recevrez une confirmation d'inscription par mail. 10 jours avant la

formation, sous réserve d'un nombre satisfaisant d'inscrits, vous recevrez par mail votre convocation.

L'ORIFF-PL Normandie Seine ne saurait voir sa responsabilité engagée en cas de report ou d'annulation d'une session, dont vous serez informé(e) dans les meilleurs délais. Elle se réserve la possibilité d'annuler les formations en cas d'effectifs insuffisants ou en cas de force majeure, au maximum 5 jours ouvrés avant la formation.

## DÉSISTEMENT ET ABSENCE

**Aucune annulation ne sera acceptée par téléphone.**

Tout désistement à une session de formation devra faire l'objet d'un mail à l'adresse suivante, au moins 6 jours avant : ***contact@oriffpl-hn.org***.

**En cas d'absence non signalée avant le début de la formation, l'ORIFF-PL se réserve le droit de facturer des frais d'annulation d'un montant de 50 euros, sauf en cas de force majeure (accident, hospitalisation, arrêt-maladie, décès d'un proche). Un justificatif pourra vous être demandé.**

# CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION (SUITE)

## FINANCEMENT ET PRISE EN CHARGE

Dans le cadre du paiement de votre contribution à la formation professionnelle (CFP), vous pouvez bénéficier d'un financement de vos actions de formation. En fonction de votre situation et de votre code APE (ou NAF), l'organisme financeur est différent.

	Professionnels libéraux relevant du FIF-PL. (Fonds Interprofessionnel de Formation)		Professionnels libéraux ne relevant pas du FIF-PL et salariés. (médecin, artiste, moniteur auto-école...)	
	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles	Aide à l'installation et à la création	Formations traditionnelles
Professionnels libéraux installés	<b>3 jours (gratuits) par année civile.</b> Votre n° SIRET doit dater de moins d'un an.	<b>2 jours par année civile</b> , pris en charge par le FIF-PL, sans avance de frais pour vous, ni incidence sur votre propre budget individuel de formation.	<b>50 € la journée de formation.</b>	une demande de prise en charge à votre OPCO (OPCO EP, FAF-PM...). Il convient de se rapprocher d'eux pour toute information à ce sujet.
	Si vous souhaitez participer à davantage de formations, les tarifs sont les suivants : 250 € la journée supplémentaire ou 125 € la demi-journée, avec une possibilité de prise en charge individuelle par le FIF-PL.			
Professionnels libéraux non installés	<b>3 jours gratuits par année civile.</b>	<b>250 € la journée de formation.</b>		<b>250 € la journée de formation ou 125 € la demi-journée.</b> Demande de prise en charge à votre fonds de financement.



# NOS FORMATIONS

# NOS FORMATIONS



\* Réservé aux adhérents des Associations de Gestion Agréées partenaires.



# AIDE À L'INSTALLATION ET À LA CRÉATION

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Journée de la création d'entreprise libérale Module 1	61				•
Journée de la création d'entreprise libérale Module 2	61				•
Journée micro-entrepreneur	62	•		•	
Journée de la création de l'entreprise libérale	62	•	•	•	
Journée de la création de l'entreprise libérale - spécifique santé	63	•	•	•	
Pack 2 jours pour créer et développer son activité libérale	63	•	•	•	
Etude de marché - NIV 1	64	•	•	•	
Etude de marché - NIV 2	64	•	•		
3 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale	65	•			
4 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale	65	•	•		

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# COMPTABILITÉ - GESTION - FISCALITÉ

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Environnement et obligations des indépendants	68	●			
Bien gérer et informatiser sa comptabilité avec OGA 360	68	●			
Informatiser sa comptabilité avec le logiciel OGA 360	69	●			
Remplir la 2035 et ses annexes	69	●			
Informatiser sa comptabilité avec CIEL compta	70	●			
Maintien et actualisation des compétences en comptabilité et fiscalité	70	●			
LA SCI (Société civile immobilière) : pour gérer les locaux professionnels	71	●			
LA SCM (Société civile de moyens) : aspects juridiques et fiscaux	71	●		●	
Actualité Fiscale : la Loi de Finances	72	●		●	
Déclaration des revenus personnels (2042)	72	●	●	●	
La gestion du véhicule professionnel	73	●			
Le local professionnel	73	●			
Prendre en compte les recettes assujetties à la TVA face au risque de contrôle fiscal	74	●			
La Constitution financière de votre retraite et patrimoine professionnel	74	●			
Optimiser la gestion de son entreprise	75			●	
Gérer la facturation	75			●	

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# COMPTABILITÉ - GESTION - FISCALITÉ

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Tenir sa comptabilité libérale	76			●	
Tenir sa comptabilité avec un logiciel comptable	76			●	
Immobilier dans le patrimoine	77			●	
Régime matrimonial et protection du patrimoine	77			●	
La TVA	78			●	
Déclaration 2035	78			●	

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# DÉVELOPPEMENT - COMMUNICATION MARKETING DIGITAL

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Réussir le développement de son activité libérale - NIV 1	81	●	●	●	●
Réussir le développement de son activité libérale - NIV 2	81	●	●		●
Pitcher pour convaincre	82	●	●		
Prospection commerciale	82	●	●		●
Réussir sa stratégie de marketing digital - NIV 1	83	●	●	●	
Réussir sa stratégie de marketing digital - NIV 2	83	●	●		
Identifier sa propre stratégie de succès	84	●			●
Maîtriser son e-réputation	84	●		●	●
Réseaux sociaux : lesquels choisir pour mon activité ?	85	●	●	●	●
Facebook : créer et animer sa page	85	●	●		
Instagram pour les entreprises	86	●	●		
Linkedin et le social selling	86	●	●		
Pinterest : créer et animer son compte	87	●			
Snapchat : créer et animer son compte	87	●			
Twitter : créer et animer son compte	88	●	●		
Les bases de la communication visuelle	88	●		●	
Optimiser ses visuels pour se distinguer sur les réseaux sociaux et sites internet	89	●	●		
Réaliser facilement son flyer avec Canva	89	●	●		
2 jours pour créer son site internet avec Lycaon	90	●			

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# DÉVELOPPEMENT - COMMUNICATION MARKETING DIGITAL

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Référencement naturel et écrire pour le Web	90	●	●	●	●
Créer vos campagnes d'emailing	91	●	●	●	
Les bases du storytelling	91	●	●	●	
Réaliser une vidéo professionnelle pour débutants	92	●	●	●	●
Youtube pour les professionnels	92	●	●	●	●
Les bases de la communication verbale et non verbale	93	●	●	●	
Mieux se connaître et communiquer grâce à la Process Com	93	●	●	●	
Prise de parole en public - NIV 1	94	●	●	●	●
Prise de parole en public - NIV 2	94	●	●	●	●
Les bases de la communication non violente (bienveillante)	95	●	●	●	●
Valoriser son image professionnelle et en faire un atout	95	●	●	●	●
Créer son site internet avec WORDPRESS - NIV 1	96	●	●	●	●
Créer son site internet avec WORDPRESS - NIV 2	96	●	●	●	●
Les objectifs et le contenu d'un site internet	97	●	●	●	●
La communication gestuelle - NIV 1	97	●	●	●	●
La communication gestuelle - NIV 2	98	●	●	●	●

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# RESSOURCES HUMAINES

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Etre une femme dirigeante aujourd'hui	100	●	●		
Recruter efficacement : entretien professionnel	100	●	●	●	
Ses premiers pas en tant que Manager	101	●		●	
Recruter efficacement : sécuriser les entrées et sorties des collaborateurs	101			●	

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Improviser face aux situations difficiles - NIV 1	104	●	●	●	●
Improviser face aux situations difficiles - NIV 2	104	●	●	●	●
Gérer les conflits et assurer une médiation	105	●	●	●	●
Réduire sa Charge Mentale professionnelle	105	●	●	●	●
La gestion du stress	106	●	●	●	●
La gestion du temps	106	●	●	●	●
Les clés du lâcher prise	107	●	●	●	●
Gagner en assurance et renforcer ses chances de réussite professionnelle	107	●	●	●	●
Les ateliers de prévention : le mal de dos	108	●	●	●	●
Les ateliers de prévention : sommeil et vigilance	108	●	●	●	●
Prévenir le BURN-OUT	109	●	●	●	●
Ecrire sans fautes c'est possible	109	●	●	●	●
Gagner en efficacité avec le Mind Mapping - NIV 1	110	●	●	●	●
Gagner en efficacité avec le Mind Mapping - NIV 2	110	●	●	●	●
Les clés de la confiance en soi	111	●	●	●	●

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Diversifier son activité en devenant formateur	114	●	●	●	●
Obligations déclaratives du formateur occasionnel	114	●	●	●	●
Animer une formation : les bases	115	●	●	●	●
Animer une formation : diversifier ses méthodes pédagogiques	115	●	●	●	●
Le professionnel face aux situations d'agressions	116	●	●	●	●
L'anglais professionnel	116	●	●	●	●

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# INFORMATIQUE - BUREAUTIQUE

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST *	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Sensibilisation à la Cybersécurité et à la RGPD	118	●	●	●	
Le RGPD pour les indépendants	118			●	
Pack Office : Word, Excel et Powerpoint	119	●		●	
Traitement de l'image numérique avec un logiciel gratuit (GIMP, Paintnet)	119	●		●	
Excel débutant	120		●	●	●
Excel perfectionnement	120		●	●	●
Word	121		●		●
Word perfectionnement	121				●
Powerpoint	122		●	●	
Utilisation d'un compte Google pour gagner en productivité	122	●			

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# RÈGLEMENTATION JURIDIQUE

	Page	MPL ORIFF PL GRAND OUEST*	ORIFF PL CAEN	ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE	ORIFF PL CENTRE NORMANDIE SEINE
Sauveteur Secouriste du travail	124	●	●	●	●
Maintien et actualisation des compétences en sauveteur secouriste du travail (MAC)	124	●	●	●	●
Les gestes de premiers secours : obtention du PSC1	125	●	●		
Recyclage du PSC1	125	●	●		
Céder ou arrêter son activité : quelles démarches	126	●	●	●	
Les gestes qui sauvent	126			●	

\* BRETAGNE / PAYS DE LA LOIRE / POITOU CHARENTES



# AIDE À L'INSTALLATION ET À LA CRÉATION

---

■ Journée de la création d'entreprise libérale Module 1 .....	61
■ Journée de la création d'entreprise libérale Module 2.....	61
■ Journée micro-entrepreneur .....	62
■ Journée de la création de l'entreprise libérale.....	62
■ Journée de la création de l'entreprise libérale - spécifique santé .....	63
■ Pack 2 jours pour créer et développer son activité libérale .....	63
■ Etude de marché - NIV 1 .....	64
■ Etude de marché - NIV 2 .....	64
■ 3 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale .....	65
■ 4 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale .....	65

# PROJET DE CRÉATION D'ENTREPRISE LIBÉRALE ?

## 01

JOURNÉES  
D'INFORMATIONS  
COLLECTIVES



Vous avez un projet de création d'entreprise libérale? Pour vous aider à connaître toutes les démarches administratives, nous organisons régulièrement des journées d'informations collectives gratuites :

- journée micro-entrepreneur,
- journée de la création de l'entreprise libérale,
- journée de la création de l'entreprise libérale, spécifique santé (professions de santé remboursées par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie).

## 02

PARCOURS  
CRÉATEUR



Après avoir assisté à l'une de nos journées d'informations collectives, vous pouvez également bénéficier gratuitement de l'un des parcours suivants :

- pack 2 jours : créer et développer son activité libérale,
- parcours créateur 3 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale,
- parcours créateur 4 jours pour entreprendre avec succès une activité libérale.

## 03

VOUS ÊTES PRÊT(E)  
À VOUS INSTALLER



Après avoir assisté à l'une de nos journées d'informations collectives ainsi qu'à l'un de nos parcours de 3 ou 4 jours, vous avez obtenu toutes les informations nécessaires pour créer votre entreprise libérale.

Vous pouvez dès lors effectuer toutes les démarches administratives pour vous installer sereinement.

## 04

BESOINS DE  
FORMATIONS



Vous êtes chef d'entreprise ou collaborateur et vous souhaitez bénéficier de formations. Afin de vous aider dans le développement de votre entreprise, nous vous proposons des formations dans divers domaines.

Vous n'avez aucune démarches administratives à effectuer et les inscriptions se font en quelques clics sur notre site : [www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org) ou par téléphone au 02.41.35.19.20.

# JOURNÉE DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE - MODULE 1

## PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

## PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**AYEZ TOUTES LES CARTES EN MAIN POUR CRÉER VOTRE MICRO ENTREPRISE LIBÉRALE.**

Obtenir une information générale sur l'Entreprise Libérale en vue de concrétiser un projet de création d'entreprise libérale.

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# JOURNÉE DE LA CRÉATION D'ENTREPRISE - MODULE 2

**AYEZ TOUTES LES CARTES EN MAIN POUR CRÉER VOTRE ENTREPRISE LIBÉRALE.**

Renforcer ses connaissances en comptabilité et savoir se servir du numérique pour développer son activité.

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

## PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## JOURNÉE MICRO-ENTREPRENEUR LIBÉRAL

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### AYEZ TOUTES LES CARTES EN MAIN POUR CRÉER VOTRE MICRO ENTREPRISE LIBÉRALE.

Connaitre en détails la fiscalité de ce régime, sa comptabilité, ses cotisations et la protection sociale.

### LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## JOURNÉE DE LA CRÉATION DE L'ENTREPRISE LIBÉRALE

### AYEZ TOUTES LES CARTES EN MAIN POUR CRÉER VOTRE ENTREPRISE LIBÉRALE.

Définir et expliquer le rôle des différents acteurs qui composent l'environnement des professions libérales, et les spécificités de l'entreprise individuelle.

Identifier et détailler les obligations URSSAF, comptables, fiscales et juridiques, les notions de prévoyance et d'assurance seront abordées.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# JOURNÉE DE LA CRÉATION DE L'ENTREPRISE LIBÉRALE SPÉCIFIQUE SANTÉ

## PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

## PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme dans le secteur de la SANTÉ.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## SOYEZ INFORMÉ SUR LA CRÉATION D'UNE ENTREPRISE LIBÉRALE DU SECTEUR SANTÉ.

L'objectif est d'avoir connaissance de la procédure pour créer sa propre entreprise libérale du secteur santé. A fortiori, de comprendre le rôle de l'URSSAF et de la CPAM, de pouvoir identifier ses obligations comptables, fiscales, juridiques et assurantielles.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# PACK 2 JOURS : CRÉER ET DÉVELOPPER SON ACTIVITÉ LIBÉRALE

## PERFECTIONNEZ VOS CONNAISSANCES SUR LA CRÉATION D'UNE ENTREPRISE LIBÉRALE.

La première journée est un temps d'initiation à toutes les obligations juridiques et administratives de l'entrepreneur libéral. La deuxième journée permet de se perfectionner quant aux obligations comptables, fiscales et sociales, d'anticiper son organisation administrative, et de réfléchir à des outils pour développer sa communication.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

## PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

## DURÉE

2 journées, soit 14 heures.

## TARIF

Journées prises en charge.  
(cf conditions générales)

## ÉTUDE MARCHÉ - NIVEAU 1

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir un projet de création d'entreprise libérale à court ou moyen terme.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### DÉFINISSEZ CLAIREMENT VOTRE OFFRE, VOTRE CIBLE, ET FIXEZ VOS PRIX.

Comprendre le fonctionnement d'une étude de marché et s'en servir pour définir clairement son offre, ses potentiels clients, sans oublier le prix de ses prestations.

L'objectif est, selon sa cible, de construire une offre la plus adaptée possible.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## ÉTUDE MARCHÉ - NIVEAU 2

### PROFITEZ DE TOUS LES BÉNÉFICES D'UNE ÉTUDE DE MARCHÉ.

Grâce à une étude de marché précise, s'assurer de la faisabilité de son projet, définir clairement ses objectifs et s'informer sur sa concurrence.

Bâtir un ou plusieurs questionnaires pour recueillir des renseignements utiles au développement de sa société et savoir analyser ces réponses aux questionnaires.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir participé à l'étude de marché - niveau 1.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PARCOURS CRÉATEUR : 3 JOURS POUR ENTREPRENDRE AVEC SUCCÈS UNE ACTIVITÉ LIBÉRALE

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir participé à l'une de nos deux journées d'introduction. (cf page 18).

### DURÉE

3 journées, soit 21 heures.

### TARIF

Parcours pris en charge. (cf conditions générales)

### PRÉPAREZ VOTRE PROJET EN ÉLABORANT VOTRE STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT.

Mener une réflexion approfondie sur son projet de création d'entreprise libérale et préparer son business plan en définissant son marché et son propre positionnement, en identifiant les subventions possibles et en établissant un prévisionnel financier.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## PARCOURS CRÉATEUR : 4 JOURS POUR ENTREPRENDRE AVEC SUCCÈS UNE ACTIVITÉ LIBÉRALE

### PRÉPAREZ VOTRE PROJET EN BÂTISSANT UNE STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT COMPLÈTE.

Mener une réflexion approfondie sur son projet de création d'entreprise libérale en étant certain d'avoir toutes les informations pour bien démarrer son activité sur le plan administratif et juridique. En profiter aussi pour identifier les possibles financements qui pourraient aider à son installation.

Être assez autonome pour gérer sa comptabilité, piloter son activité, et enfin réaliser une étude de marché très précise pour se lancer confiant.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

### PUBLIC VISÉ

Tout porteur de projet de création d'entreprise libérale ou installé depuis moins d'un an.

### PRÉ-REQUIS

Avoir participé à l'une de nos deux journées d'introduction. (cf page 18).

### DURÉE

4 journées, soit 28 heures.

### TARIF

Parcours pris en charge. (cf conditions générales)

# DATES ET INSCRIPTIONS



**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**[www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org)**  
**02.41.35.19.20**



**ORIFF PL CAEN NORMANDIE**  
**[www.oriffpl-cn.fr](http://www.oriffpl-cn.fr)**  
**02.31.47.99.05**



**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE**  
**[www.oriffplcvdl.org](http://www.oriffplcvdl.org)**  
**02.38.42.24.02**



**ORIFF PL NORMANDIE SEINE**  
**[www.oriffpl-ns.org](http://www.oriffpl-ns.org)**  
**02.35.60.90.55**





# BIEN GÉRER SON ACTIVITÉ LIBÉRALE \*

■ Environnement et obligations des indépendants	68
■ Bien gérer et informatiser sa comptabilité avec OGA 360	68
■ Informatiser sa comptabilité avec le logiciel OGA 360	69
■ Remplir la 2035 et ses annexes.....	69
■ Informatiser sa comptabilité avec CIEL compta ..	70
■ Maintien et actualisation des compétences en comptabilité et fiscalité	70
■ LA SCI (Société civile immobilière) : pour gérer les locaux professionnels	71
■ LA SCM (Société civile de moyens) : aspects juridiques et fiscaux	71
■ Actualité Fiscale : la Loi de Finances	72
■ Déclaration des revenus personnels (2042)	72
■ La gestion du véhicule professionnel	73
■ Le local professionnel	73
■ Prendre en compte les recettes assujetties à la TVA face au risque de contrôle fiscal	74
■ La Constitution financière de votre retraite et patrimoine professionnel	74
■ Optimiser la gestion de son entreprise.....	75
■ Gérer la facturation	75
■ Tenir sa comptabilité libérale	76
■ Tenir sa comptabilité avec un logiciel comptable	76
■ Immobilier dans le patrimoine	77
■ Régime matrimonial et protection du patrimoine	77
■ La TVA	78
■ Déclaration 2035.....	78

\* Réservé aux adhérents d'une Association de Gestion Agréée

## ENVIRONNEMENT ET OBLIGATIONS DES INDÉPENDANTS

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

**SOYEZ CERTAIN DE TOUT SAVOIR QUANT À CE QU'IMPLIQUE VOTRE STATUT PROFESSIONNEL.**

Tout connaître de l'environnement économique, des obligations déclaratives et des démarches indispensables pour son entreprise libérale, afin de mieux en cerner les enjeux et de gagner en efficacité.

### LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST

## BIEN GÉRER ET INFORMATISER SA COMPTABILITÉ AVEC LE LOGICIEL OGA 360

**APPRENEZ À GÉRER SANS CRAINTES VOTRE PROPRE COMPTABILITÉ.**

Grâce à cette formation de deux jours, comprendre avec précision quels sont les grands principes comptables, les différents types de frais, et être capable de maîtriser un logiciel spécialisé afin de tenir sa comptabilité libérale et générer sa déclaration professionnelle 2035.

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Avoir d'abord suivi la formation ci-dessus «Environnement et Obligations des Indépendants». Bien respecter l'ordre de ces journées.

### DURÉE

2 journées, soit 14 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

### LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST

# INFORMATISER SA COMPTABILITÉ AVEC LE LOGICIEL OGA

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

## BÉNÉFICIEZ DE LA MAÎTRISE DU LOGICIEL OGA 360.

Découvrir les fonctionnalités d'OGA 360 pour tenir sa comptabilité sur informatique.

L'objectif est de créer son dossier, paramétrer le logiciel en fonction de sa situation, commencer à saisir ses éléments de comptabilité et savoir comment éditer ses documents comptables.

## LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST

# REEMPLIR LA 2035 ET SES ANNEXES

## BÉNÉFICIEZ DE LA MAÎTRISE DU LOGICIEL OGA 360.

Découvrir les fonctionnalités d'OGA 360 pour tenir sa comptabilité sur informatique.

L'objectif est de créer son dossier, paramétrer le logiciel en fonction de sa situation, commencer à saisir ses éléments de comptabilité et savoir comment éditer ses documents comptables.

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## INFORMATISER SA COMPTABILITÉ AVEC CIEL COMPTA



Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.



Connaissances informatiques de base.



2 journées, soit 14 heures.



Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

**BÉNÉFICIEZ DE LA MAÎTRISE DU LOGICIEL CIEL COMPTA.**

Découvrir les fonctionnalités de Ciel Compta Libérale pour tenir sa comptabilité sur informatique.

L'objectif est de créer son dossier, paramétrer le logiciel en fonction de sa situation, commencer à saisir ses éléments de comptabilité et savoir comment éditer ses documents comptables.

### LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST

## MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES EN COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ

**RÉACTUALISEZ VOS COMPÉTENCES DANS LES DOMAINES DE LA COMPTABILITÉ ET FISCALITÉ.**

Pour être certain de bien tenir sa comptabilité, mettre à jour les grands principes comptables et fiscaux, vérifier ses écritures, passer les OD et tout savoir sur la transmission de ses déclarations.



Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.



Tout professionnel libéral gérant sa comptabilité et avoir suivi la formation « Bien gérer et informatiser sa comptabilité avec OGA 360.



1 demi-journée, soit 4 heures.



Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## LA SCI (SOCIÉTÉ CIVILE IMMOBILIÈRE) : POUR GÉRER LES LOCAUX PROFESSIONNELS



Tout professionnel libéral  
adhérent d'Associations de  
Gestion Agréées partenaires.



Cette formation ne nécessite  
aucun pré-requis.



1 demi-journée, soit 4 heures.



Intégralement pris en charge  
par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

**TOUT CONNAÎTRE DE LA SOCIÉTÉ CIVILE  
IMMOBILIÈRE (SCI).**

Savoir ce qu'est exactement une SCI et  
comment aboutir à sa création.

Maîtriser la constitution et le financement  
d'une SCI pour améliorer la gestion de son  
patrimoine immobilier professionnel, ou le  
transmettre.

LIEUX DE FORMATION

MPL ORIFF PL GRAND OUEST

## LA SCM (SOCIÉTÉ CIVILE DE MOYENS) : ASPECTS JURIDIQUES ET FISCAUX

**TOUT CONNAÎTRE DE LA SOCIÉTÉ CIVILE DE  
MOYENS.**

Comprendre ce qu'est exactement une  
SCM, comment la créer, ainsi que tous ses  
aspects juridiques, comptables et fiscaux.

Savoir également comment procéder dans  
le cas du départ d'un associé.



Tout professionnel libéral  
adhérent d'Associations de  
Gestion Agréées partenaires.



Cette formation ne nécessite  
aucun pré-requis.



1 demi-journée, soit 4 heures.



Intégralement pris en charge  
par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## ACTUALITÉ FISCALE : LA LOI DE FINANCES

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

### RENFORCEZ VOS CONNAISSANCES GRÂCE À UN BILAN DÉTAILLÉ SUR L'ACTUALITÉ FISCALE.

Connaître l'actualité fiscale et les conséquences de la loi de finances 2019/2020.

Comprendre les dispositions législatives votées ainsi que les nouvelles solutions jurisprudentielles et administratives, pour évaluer leurs conséquences pratiques sur le quotidien des professionnels libéraux.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## LA DÉCLARATION DES REVENUS PERSONNELS : 2042

### RÉUSSISSEZ À ÉTABLIR FACILEMENT VOTRE DÉCLARATION 2042.

Savoir quels sont les documents nécessaires à la déclaration 2042 et comment les remplir.

Être au point sur les choix possibles en matière d'impôts sur le revenu : frais réels sur les salaires, rattachement d'un enfant ou déduction d'une personne alimentaire, plus-values mobilières, réalisation d'un revenu exceptionnel, etc.

Il s'agit de comprendre en détails comment fonctionne un avis d'imposition.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

## LA GESTION DU VÉHICULE PROFESSIONNEL

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

### OPTIMISEZ VOTRE VÉHICULE PROFESSIONNEL.

Comprendre tous les mécanismes comptables et fiscaux relatifs à son véhicule professionnel (frais réels, frais forfaitaires, limites de déductibilité et calcul des plus ou moins-values à long terme), afin d'en optimiser la gestion.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## LE LOCAL PROFESSIONNEL

### SOYEZ EN MESURE DE CHOISIR ET DE GÉRER VOTRE LOCAL PROFESSIONNEL.

Connaître toutes les réglementations nécessaires à l'achat ou à la gestion d'un local professionnel.

Savoir comment l'aménager en tenant compte des formalités juridiques quant à leur accessibilité, pour être certain que ces locaux soient en règle.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

## PRENDRE EN COMPTE LES RECETTES ASSUJETTIES À LA TVA FACE AU RISQUE DE CONTRÔLE FISCAL

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

### MAÎTRISEZ LA RÉGLEMENTATION CONCERNANT LA TVA POUR ÉVITER TOUTE ERREUR POSSIBLE.

Comprendre les mécanismes de la TVA appliqués à l'entreprise libérale : les régimes d'imposition, les taux d'imposition en vigueur et les conditions d'exonération.

Connaître également les subtilités des formulaires CA3, CA12, et OGBNC6 (FRC), pour savoir comment les remplir.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## LA CONSTITUTION FINANCIÈRE DE VOTRE RETRAITE ET DE VOTRE PATRIMOINE PROFESSIONNEL

### PRÉPAREZ VOTRE RETRAITE D'UN POINT DE VUE FINANCIER MAIS AUSSI PATRIMONIAL.

Le passage à la retraite mérite une longue préparation. Il s'agit alors de faire un point sur sa situation personnelle pour s'organiser au préalable, tout du moins sur le plan juridique, et planifier ses opérations pour assurer la constitution financière de sa retraite.

La formation s'intéresse également à la question patrimoniale, en abordant par exemple le processus de transformation de son outil professionnel en capital.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral adhérent d'Associations de Gestion Agréées partenaires.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Intégralement pris en charge par l'ARAPL.  
(cf conditions générales)

## OPTIMISER LA GESTION DE SON ENTREPRISE

 PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

 PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

 DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

 TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**SAVOIR GÉRER SON BUDGET, CALCULER LE SEUIL DE RENTABILITÉ & PRÉSENTER LES DIFFICULTÉS FINANCIÈRES DE L'ENTREPRISE**

La gestion de son entreprise : Gestion de son budget - Notion de tableau de bord - Le seuil de rentabilité

Les statistiques de chaque profession : L'analyse des statistiques - Adaptation à son entreprise pour l'établissement du budget

Les difficultés financières de l'entreprise :

La CCSF - La procédure de sauvegarde - La cessation de paiement - Le redressement judiciaire - La procédure de rétablissement professionnel - La liquidation

LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## GÉRER LA FACTURATION

**SAVOIR GÉRER LA FACTURATION : LES OBLIGATIONS EN MATIÈRE DE FACTURATION ET LES MENTIONS OBLIGATOIRES.**

Connaître les obligations en matière de facturation vers les particuliers et entreprises, ainsi que les mentions obligatoires.

Mesurer les conséquences du non-respect ou de l'oubli des règles de facturation.

 PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

 PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

 DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

 TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## TENIR SA COMPTABILITÉ LIBÉRALE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**CONNAITRE LES OBLIGATIONS ADMINISTRATIVES ET DÉCLARATIVES.**

**METTRE EN PLACE ET TENIR LA COMPTABILITÉ D'UNE ENTREPRISE LIBÉRALE DANS SES ASPECTS GÉNÉRAUX.**

Les obligations administratives et déclaratives :

- inscriptions professionnelles
- compte bancaire professionnel
- statut social
- statut fiscal

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## TENIR SA COMPTABILITÉ AVEC UN LOGICIEL COMPTABLE

### **PRÉPAREZ VOTRE RETRAITE D'UN POINT DE VUE FINANCIER MAIS AUSSI PATRIMONIAL.**

Le passage à la retraite mérite une longue préparation. Il s'agit alors de faire un point sur sa situation personnelle pour s'organiser au préalable, tout du moins sur le plan juridique, et planifier ses opérations pour assurer la constitution financière de sa retraite.

La formation s'intéresse également à la question patrimoniale, en abordant par exemple le processus de transformation de son outil professionnel en capital.

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## IMMOBILIER DANS LE PATRIMOINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### MAÎTRISER ET GÉRER SON PATRIMOINE IMMOBILIER PROFESSIONNEL.

Connaître les différentes techniques de détention.  
Découvrir comment reconnaître un bon investissement.

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## RÉGIME MATRIMONIAL ET PROTECTION DU PATRIMOINE

### CONNAÎTRE LES DIFFÉRENTS RÉGIMES MATRIMONIAUX ET LEURS INCIDENCES SUR LA VIE DE L'ENTREPRISE LIBÉRALE.

- Les principes de la transmission : les différents régimes matrimoniaux
- Conséquences de votre régime matrimonial sur votre patrimoine privé et professionnel
- Les droits de succession
- Réflexion et stratégies de transmission et de succession
- Flash sur les dernières réformes

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi- journée, soit 4 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LA TVA

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### ÊTRE EN MESURE D'ÉTABLIR SA DÉCLARATION DE TVA. CAS PRATIQUE.

- Quand doit-on appliquer la TVA ?
- Quelle est l'assiette de la TVA ?
- Quand doit-on acquitter la TVA ?
- Quelle est la TVA déductible ?
- Quelles sont les obligations déclaratives ?

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## DÉCLARATION 2035\*

### FACILITER L'ACCOMPLISSEMENT DE LA DÉCLARATION 2035 ET SES ANNEXES. CAS PRATIQUE.

- Présentation de l'imprimé
- Les règles générales d'imposition
- Le pôle Recettes
- Le pôle Dépenses
- Les frais de véhicule
- Le patrimoine Professionnel
- Les Plus ou Moins Values
- La détermination du résultat
- Comment compléter les OGBNC

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Aucun.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

\* réservé aux adhérents des AGA partenaires





## RÉUSSIR LE DÉVELOPPEMENT DE SON ACTIVITÉ LIBÉRALE - NIVEAU 1



Tout professionnel libéral ou indépendant en phase de lancement de son activité et/ou installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**ÉLABOREZ UNE STRATÉGIE MARKETING POUR DÉVELOPPER VOTRE ACTIVITÉ.**

Acquérir les techniques pour se préparer et conduire une vraie démarche de développement.

Avoir une présentation percutante : faire bonne impression.

Identifier ses avantages concurrentiels.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## RÉUSSIR LE DÉVELOPPEMENT DE SON ACTIVITÉ LIBÉRALE - NIVEAU 2

### SOLIDIFIEZ VOTRE POSTURE D'ENTREPRENEUR.

Réussir à obtenir l'accord de ses interlocuteurs en toutes circonstances, afin de conclure la vente de services ou de produits.

Renforcer sa posture d'entrepreneur en affirmant ses responsabilités, et en adoptant le comportement adéquat face aux clients potentiels.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



Tout professionnel libéral ou indépendant en phase de lancement de son activité et/ou en installé.



Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PITCHER POUR CONVAINCRE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**SOIGNEZ VOTRE STYLE, CAPTIVEZ VOTRE AUDITOIRE.**

Qu'il s'agisse de l'oral ou de l'écrit, des méthodes efficaces vous seront délivrées pour que votre communication soit la plus percutante possible.

Le but est d'être capable de présenter son activité avec aisance, en captant rapidement l'attention, sans oublier d'adapter le contenu de son discours selon sa cible.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## PROSPECTION COMMERCIALE

**SOLIDIFIEZ VOTRE POSTURE D'ENTREPRENEUR.**

Apprendre à organiser sa prospection commerciale en constituant son fichier et en se formant à diverses techniques d'approche.

Apprendre à gérer ses entretiens prospects en travaillant son argumentation, sans oublier son aisance à l'oral.

Établir un plan de relance et de suivi quant à ses prospects.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# RÉUSSIR SA STRATÉGIE DE MARKETING DIGITAL - NIVEAU 1



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Etre à l'aise avec l'outil informatique et la navigation sur internet. Venir avec son ordinateur.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**LES DIFFÉRENTS LEVIERS POUR GAGNER EN VISIBILITÉ DIGITALE.**

Avoir une vision en 360° des enjeux et leviers qu'offre le marketing digital pour mettre en place son plan d'action webmarketing de votre entreprise (site internet, blog, réseaux sociaux...).

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# RÉUSSIR SA STRATÉGIE DE MARKETING DIGITAL - NIVEAU 2

## ANALYSEZ LA PERFORMANCE DE VOS ACTIONS DE STRATÉGIE MARKETING.

Comprendre les enjeux qu'offrent le référencement, les réseaux sociaux et la newsletter.

Savoir analyser son retour sur investissement (Google analytics, kpi des médias sociaux...).



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus. Venir avec son ordinateur portable.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## IDENTIFIER SA PROPRE STRATÉGIE DE SUCCÈS

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**CONFORTEZ VOS CHANCES DE RÉUSSITE, CONSOLIDEZ CE QUI FONCTIONNE.**

Identifier ses propres facteurs de réussite personnelle, quel que soit le projet ou la situation, afin de profiter en toute occasion d'une stratégie stable et performante.

Une stratégie qui pourra s'appliquer sur vos projets professionnels.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## MAITRISER SON E-RÉPUTATION

### CONTRÔLEZ VOTRE NOTORIÉTÉ EN UTILISANT LES OUTILS ADAPTÉS.

Utiliser les bonnes techniques pour améliorer votre image sur internet auprès de vos clients et futurs clients.

Comment réagir en cas d'e-réputation négative ?

Savoir surveiller votre image et celle de vos concurrents.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis. Venir avec son ordinateur portable.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# RÉSEAUX SOCIAUX : LESQUELS CHOISIR POUR MON ACTIVITÉ ?



**PUBLIC VISÉ**

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



**PRÉ-REQUIS**

Etre à l'aise avec l'outil informatique et la navigation sur internet. Venir avec son ordinateur.



**DURÉE**

1 journée, soit 7 heures.



**TARIF**

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**TROUVEZ LES RÉSEAUX SOCIAUX ADAPTÉS À VOTRE ACTIVITÉ.**

Optimiser la communication de son entreprise sur les réseaux sociaux : Facebook, Google my business, Twitter, LinkedIn...

Apprendre à créer un compte personnel et une page entreprise, pour communiquer efficacement auprès de vos clients et vos prospects.

**LIEUX DE FORMATION**

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**

**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**

**ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE**

**ORIFF-PL NORMANDIE SEINE**

# FACEBOOK, CRÉER ET ANIMER SA PAGE

**APPRIVOISEZ FACEBOOK POUR PROMOUVOIR ET DÉVELOPPER VOTRE COMMUNAUTÉ.**

Découverte et prise en main de l'interface Facebook.

Apprendre à partager, liker, commenter et partager des contenus. Savoir gérer le Badbuzz.

Comment faire de la publicité pour promouvoir son activité et mesurer sa performance ?

**LIEUX DE FORMATION**

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**

**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**



**PUBLIC VISÉ**

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



**PRÉ-REQUIS**

Etre à l'aise avec l'outil informatique et la navigation sur internet. Venir avec son ordinateur.



**DURÉE**

1 journée, soit 7 heures.



**TARIF**

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## INSTAGRAM POUR LES ENTREPRISES

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir installé l'application Instagram sur son téléphone ou posséder un compte personnel Instagram.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### INTÉGREZ INSTAGRAM DANS VOTRE STRATÉGIE MARKETING.

Instagram connaît actuellement un succès retentissant. Il s'agit donc d'apprendre à maîtriser cette application dans un but commercial, en identifiant les différentes opportunités offertes pour développer votre entreprise et ainsi optimiser votre communication digitale.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## LINKEDIN ET LE SOCIAL SELLING

### UTILISEZ LINKEDIN POUR OPTIMISER VOTRE RÉSEAU PROFESSIONNEL.

Apprendre toutes les subtilités du fonctionnement de LinkedIn pour faire de sa page personnelle un véritable atout professionnel, en soignant notamment son e-reputation et en intégrant du personal branding.

Comprendre aussi ce qu'est le social selling et comment ce concept s'applique sur LinkedIn.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis. Venir avec son ordinateur.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PINTEREST, CRÉER ET ANIMER SON COMPTE



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis. Venir avec son ordinateur.



DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.



TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### COMMUNIQUEZ SUR VOTRE ENTREPRISE VIA PINTEREST.

Apprendre à maîtriser les fonctionnalités de Pinterest pour savoir comment réaliser une publication et la partager, comment faire pour accroître sa communauté ou encore comment acheter de l'espace publicitaire.

Bâtir votre plan d'actions pour fédérer le public cible de votre entreprise.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## SNAPCHAT, CRÉER ET ANIMER SON COMPTE

### TOUT COMPRENDRE DES USAGES DE SNAPCHAT.

Qu'est ce que le marketing de l'éphémère ?

Comment animer une communauté sur Snapchat ?

Il s'agira de répondre à toutes ces questions et de vous délivrer les meilleurs conseils pour booster votre présence sur le réseau, ou encore pour vous lancer dans une campagne publicitaire sur SnapChat.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Connaître l'environnement des réseaux sociaux. Venir avec son téléphone portable.



DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.



TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## TWITTER, CRÉER ET ANIMER SON COMPTE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis. Venir avec son ordinateur.



1 demi-journée, soit 3 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### UTILISEZ TWITTER À DES FINS PROFESSIONNELLES.

Apprendre à manier Twitter en créant un compte et en maniant ses outils tels que les tweets et les hashtags.

Comprendre ainsi ses usages et le potentiel de ce réseau social pour le développement de votre image de marque.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## LES BASES DE LA COMMUNICATION VISUELLE

### DÉFINISSEZ VOTRE IDENTITÉ VISUELLE ET FAITES LE MEILLEUR CHOIX DE SUPPORT POUR VOTRE COMMUNICATION.

Optimiser l'identité visuelle de son entreprise, en réfléchissant par exemple à son logotype, ou encore aux différents éléments de sa charte graphique.

Il s'agit aussi de savoir comment créer et optimiser les différents supports pour sa communication visuelle, tels que le flyer, la carte de visite, mais aussi la plaquette et le roll'up.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# OPTIMISER SES VISUELS POUR SE DISTINGUER SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX ET SITES INTERNET



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Etre à l'aise avec l'outil informatique et internet. Savoir utiliser les réseaux sociaux. Aucune connaissance graphique n'est requise. Venir avec son ordinateur portable.



DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



TARIF

Journée prise en charge. (cf conditions générales)

**DÉCOUVREZ COMMENT RÉALISER DES ANIMATIONS VISUELLES POUR BOOSTER VOTRE COMMUNICATION PROFESSIONNELLE.**

Apprendre à manier les logiciels Canva et Crello afin d'être capable de réaliser des montages photos et des animations visuelles personnalisées en plus d'être au format adapté, selon qu'il s'agisse de publications pour un site internet ou pour les réseaux sociaux.

Connaître également les obligations liées au droit d'auteur concernant l'image, et où trouver facilement des images libres de droits.

LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

# RÉALISER FACILEMENT SON FLYER AVEC CANVA

**LIBÉREZ VOTRE CRÉATIVITÉ ET AMÉLIOREZ VOTRE COMMUNICATION PROFESSIONNELLE.**

Réussir à réaliser un flyer professionnel avec l'outil Canva.

Comprendre les grands principes de la communication interne et externe, et se former à plusieurs méthodes pour optimiser la rédaction de son message.

LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Avoir une très bonne pratique de l'ordinateur sur PC ou MAC et d'Internet.



DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



TARIF

Journée prise en charge. (cf conditions générales)

## 2 JOURS POUR CRÉER SON SITE INTERNET AVEC LYCAON

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé souhaitant créer son site avec un logiciel simple.

### PRÉ-REQUIS

Avoir bien réfléchi au contenu de son futur site (textes, couleurs, visuels...).

Venir avec son ordinateur portable et savoir l'utiliser.

### DURÉE

2 journée, soit 14 heures.

### TARIF

Journées prise en charge.  
(cf conditions générales)

### CRÉEZ ET GÉREZ VOTRE SITE INTERNET.

Apprendre, en deux jours, à créer un site internet simple d'utilisation, fonctionnel et administrable grâce au système Lycaon.

La première journée est dédiée à la réflexion sur l'accès du site sur internet (nom de domaine), l'arborescence du site, la structuration de son contenu et sur l'aspect visuel.

La deuxième journée est consacrée à l'utilisation de Lycaon pour la mise en oeuvre de votre site.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## RÉFÉRENCIEMENT NATUREL ET ÉCRIRE POUR LE WEB

### CRÉEZ DU CONTENU WEB, À LA FOIS PERCUTANT ET UTILE POUR VOTRE RÉFÉRENCIEMENT NATUREL.

Comprendre ce qu'est le principe du référencement naturel et l'utiliser pour optimiser le positionnement de vos pages web sur les moteurs de recherche.

Apprendre à maîtriser les spécificités de l'écriture web pour que vos publications aient une vraie valeur ajoutée et puissent embellir votre image de marque.

Apprendre également à adapter son écriture selon le public ciblé.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir une bonne pratique de l'ordinateur et d'Internet. Possibilité de venir avec son ordinateur portable.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## CRÉER VOS CAMPAGNES D'E-MAILING

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir une bonne pratique de l'ordinateur et d'Internet. Possibilité de venir avec son ordinateur portable.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### CONCEVEZ UNE CAMPAGNE COMPLÈTE AVEC MAILCHIMP.

Apprendre le fonctionnement du logiciel MailChimp et donc à créer une newsletter dans sa totalité, de sa conception (techniques de rédaction et astuces pour la mise en page) à sa diffusion.

Apprendre également à gérer leur envoi en grand nombre.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## LES BASES DU STORYTELLING

### DONNEZ FORCE À VOTRE PROJET EN OSANT LE METTRE EN HISTOIRES.

Découvrir les bases et maîtriser les techniques les plus efficaces du storytelling, pour gagner en visibilité et notoriété.

Être capable d'écrire ses propres scénarios pour intéresser et captiver son auditoire.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# RÉALISER UNE VIDÉO PROFESSIONNELLE POUR DÉBUTANTS



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Venir avec son ordinateur portable et son appareil photo qui prend des vidéos ou un caméscope (ne pas oublier les cordons pour télécharger la vidéo).



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PRODUISEZ ET DIFFUSEZ VOS VIDÉOS EN COMPLÈTE AUTONOMIE.

Apprendre les bases des techniques relatives au tournage (composition, mises au point, raccords, etc.) mais aussi au montage (effets de transition, travail du son, apports musicaux, etc.) d'une vidéo, pour être capable de créer ses propres supports professionnels.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# YOUTUBE POUR LES PROFESSIONNELS

## CRÉEZ ET ANIMEZ VOTRE CHAÎNE YOUTUBE.

Pourquoi créer sa chaîne Youtube et comment la paramétrer ?

Ces questions constitueront le socle de cette formation, dont l'objectif est la maîtrise de cet extraordinaire outil de communication qu'est Youtube. Il s'agit d'apprendre à mettre en ligne une vidéo mais aussi de comprendre les stratégies podcast et vidéocast, pour gagner en visibilité.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis. Possibilité de venir avec son ordinateur.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# LES BASES DE LA COMMUNICATION VERBALE ET NON VERBALE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## BOOSTEZ VOS APTITUDES RELATIONNELLES.

Découvrez les fondements de la communication interpersonnelle pour explorer son potentiel dans le milieu professionnel.

L'objectif est d'être capable de communiquer efficacement tout en protégeant ses émotions pour que sa propre image soit un facteur de réussite.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# MIEUX SE CONNAITRE ET COMMUNIQUER GRÂCE À LA PROCESS COM

## ADOPTER UN MODÈLE DE COMMUNICATION : LA PROCESS COM.

Découvrir ce qu'est la Process Com pour mieux se connaître et développer ses facultés à communiquer, selon le profil de l'interlocuteur.

Apprendre à anticiper des situations de « mécommunication ».

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC - NIVEAU 1

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### OSEZ VOUS AFFIRMER ET CONVAINCRE, EN VOUS EXPRIMANT EN PUBLIC.

Être plus sûr de soi lors de ses prises de parole en public, c'est aussi gagner en force de conviction et de persuasion.

Il s'agit là de s'exercer à poser sa voix, à jouer avec l'articulation, à occuper l'espace avec son corps, et d'acquérir plusieurs techniques professionnelles où la prise de parole face à un groupe est inéluctable.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC - NIVEAU 2

### SOYEZ MAÎTRE DE VOS PRISES DE PAROLE EN PUBLIC.

Consolider sa confiance en soi pour gérer au mieux ses émotions avant, et pendant une prise de parole en public.

Affirmer sa posture corporelle, son regard, sa voix et sa gestuelle. Maîtriser ses intonations, son élocution, et donc son pouvoir de conviction.

Apprendre également à improviser, pour gagner en répartie.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# LES BASES DE LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (BIENVEILLANTE)



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**PRÉSERVEZ VOTRE SÉRÉNITÉ EN FAVORISANT UNE COMMUNICATION CONSTRUCTIVE.**

Développer ses compétences psychosociales au même titre que ses atouts en matière de communication, pour garantir une meilleure qualité relationnelle dans son milieu professionnel.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# VALORISER SON IMAGE PROFESSIONNELLE ET EN FAIRE UN ATOUT

**AYEZ UNE IMAGE EN COHÉRENCE AVEC SON IDENTITÉ.**

- Prendre conscience du rôle fondamental de l'image de soi dans la communication.
- Se familiariser avec la notion d'image et ses codes. Analyser votre style vestimentaire (couleurs, silhouettes, gestuelles).
- Travailler votre image afin de renforcer votre estime et votre confiance en vous dans le domaine professionnel.

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## CRÉER SON SITE INTERNET AVEC WORDPRESS - NIVEAU 1



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Savoir manipuler un ordinateur et son environnement (clavier, souris).



DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

DÉCOUVREZ LE CMS (*CONTENT MANAGING SYSTEM*) LE PLUS UTILISÉ PAR LES PROFESSIONNELS EN MATIÈRE DE CRÉATION DE SITE INTERNET.

- Apprendre à installer, configurer et administrer Word press.
- Définir un nom de domaine et un hébergement de votre site internet.

LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## CRÉER SON SITE INTERNET AVEC WORDPRESS - NIVEAU 2

- Personnaliser, agencer et harmoniser votre site internet.
- Savoir créer des catégories, gérer les publications, créer des pages et un menu.
- Optimiser son site en y incorporant des documents, des images.



PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Savoir manipuler un ordinateur et son environnement (clavier, souris). Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.



DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# LES OBJECTIFS ET LE CONTENU D'UN SITE INTERNET

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 demi-journée, soit 4 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## QUELLES SONT LES QUESTIONS A SE POSER AVANT LA CREATION D'UN SITE INTERNET ?

Apprendre à distinguer les différents types de sites internet et comprendre leurs particularités ainsi que leurs objectifs.

Comprendre la structure, le contenu et la forme d'un site internet adapté à votre activité.

Connaître les différents outils Google en rapport avec un site internet, comme Google Analytics et Google Search.

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# LA COMMUNICATION GESTUELLE - NIVEAU 1

## PRENEZ CONSCIENCE DE L'IMPACT DE VOTRE GESTUELLE ET VEILLENZ À LA COHÉRENCE DE VOTRE COMMUNICATION.

- Le langage de notre corps nous échappe, nos gestes nous trahissent.
- Comment les déchiffrer ?
- Comment les utiliser pour convaincre, rassurer et mettre en confiance ?

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LA COMMUNICATION GESTUELLE - NIVEAU 2



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le Niveau 1 de cette formation.



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### AUGMENTEZ VOS CHANCES DE CONVAINCRE.

- Comprendre, observer et adapter votre communication dans votre milieu professionnel.
- Donnez une image positive à vos clients ou à vos patients.

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



# RESSOURCES HUMAINES

---

- Etre une femme dirigeante aujourd'hui ..... 100
- Recruter efficacement : entretien professionnel... 100
- Ses premiers pas en tant que Manager..... 101
- Recruter efficacement : sécuriser les entrées et sorties des collaborateurs..... 101

## ÊTRE UNE FEMME DIRIGEANTE AUJOURD'HUI

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Etre dirigeante de sa propre entreprise.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### RENFORCEZ VOTRE STATUT DE CHEFFE D'ENTREPRISE.

Comprendre l'histoire et les enjeux actuels de l'entrepreneuriat féminin pour améliorer son propre business.

Partager des expériences d'entrepreneuses et cheffes d'entreprises pour mieux anticiper les possibles difficultés, et surtout échanger quant aux solutions à mettre en place.

Gagner en confiance, affirmer ses ambitions.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## RECRECITER EFFICACEMENT : ENTRETIEN PROFESSIONNEL

### FAITES D'UNE CONTRAINTE LÉGALE UNE OPPORTUNITÉ MANAGÉRIALE.

Mettre en place l'entretien professionnel au sein de l'entreprise et comprendre ses enjeux.

Comment mener un bon entretien tout en respectant le cadre légal ?

Apprendre à gérer les problématiques intergénérationnelles et la transmission des savoirs.

Gérer les personnalités difficiles.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## SES PREMIERS PAS EN TANT QUE MANAGER

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### DÉCOUVREZ LES CLÉS POUR MANAGER EFFICACEMENT VOTRE ÉQUIPE.

Apprendre à acquérir une posture de manager et savoir identifier les profils collaborateurs.

Découvrir comment mobiliser son équipe autour de la performance.

Être un moteur de la motivation pour ses équipes.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## RECRUTER EFFICACEMENT : SÉCURISER LES ENTRÉES ET SORTIES DE SES COLLABORATEURS

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Être dirigeant de sa propre entreprise.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### MAITRISER LES EMBAUCHES ET LES DIFFÉRENTS TYPES DE CONTRATS DE TRAVAIL.

L'embauche, les contrats de travail CDI et CDD.

La fin du contrat de travail : démission, retraite, rupture conventionnelle, licenciement.

Les risques inhérents à la rupture du contrat de travail.

Les condamnations possibles.

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# DATES ET INSCRIPTIONS



**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**[www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org)**  
**02.41.35.19.20**



**ORIFF PL CAEN NORMANDIE**  
**[www.oriffpl-cn.fr](http://www.oriffpl-cn.fr)**  
**02.31.47.99.05**



**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE**  
**[www.oriffplcvdl.org](http://www.oriffplcvdl.org)**  
**02.38.42.24.02**



**ORIFF PL NORMANDIE SEINE**  
**[www.oriffpl-ns.org](http://www.oriffpl-ns.org)**  
**02.35.60.90.55**





# EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

---

■ Improviser face aux situations difficiles - NIV 1 .....	104
■ Improviser face aux situations difficiles - NIV 2 ....	104
■ Gérer les conflits et assurer une médiation .....	105
■ Réduire sa Charge Mentale professionnelle .....	105
■ La gestion du stress .....	106
■ La gestion du temps .....	106
■ Les clés du lâcher prise .....	107
■ Gagner en assurance et renforcer ses chances de réussite professionnelle .....	107
■ Les ateliers de prévention : le mal de dos .....	108
■ Les ateliers de prévention : sommeil et vigilance	108
■ Prévenir le BURN-OUT .....	109
■ Ecrire sans fautes c'est possible .....	109
■ Gagner en efficacité avec le Mind Mapping-NIV 1	110
■ Gagner en efficacité avec le Mind Mapping-NIV 2	110
■ Les clés de la confiance en soi.....	111

# IMPROVISER FACE AUX SITUATIONS DIFICILES

## NIVEAU 1



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**RENFORCEZ VOTRE POSTURE EN CAS D'IMPRÉVU OU FACE AUX SITUATIONS CONFLICTUELLES.**

Maîtriser suffisamment sa corporalité et son oralité afin de gérer sereinement les situations imprévues, et d'être en mesure de rebondir face à une situation délicate.

Prendre confiance dans sa posture, dans le placement de sa voix et dans l'occupation de l'espace.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# IMPROVISER FACE AUX SITUATIONS DIFICILES

## NIVEAU 2

**AYEZ ABSOLUMENT TOUTES LES CARTES EN MAIN POUR GÉRER L'IMPRÉVU.**

Consolidez vos acquis quant à votre positionnement, tant corporel que verbal, lors de situations délicates dans le monde professionnel.

Grâce à une série d'exercices, savoir moduler sa voix mais aussi son langage, et prendre également confiance dans ses capacités à improviser, et affûter son sens de la répartie.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## GÉRER LES CONFLITS ET ASSURER UNE MÉDIATION

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### APPRENEZ À NEUTRALISER LES SITUATIONS DÉLICATES.

Être capable de s'affirmer devant un client ou un patient difficile, tout en restant calme afin que la situation ne s'envenime pas.

Au contraire, s'entraîner à anticiper, identifier et analyser les raisons d'un conflit, et surtout savoir le traiter afin d'en trouver l'issue.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## RÉDUIRE SA CHARGE MENTALE PROFESSIONNELLE

### ALLÉGEZ VOTRE CHARGE MENTALE POUR RÉÉQUILIBRER VOTRE VIE PROFESSIONNELLE.

Analyser sa propre charge mentale professionnelle et ses mécanismes pour anticiper les différents risques qu'elle entraîne, et optimiser son organisation pour justement gagner en sérénité et éviter le burn out.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LA GESTION DU STRESS

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### PRENEZ LE POUVOIR SUR VOS ANGOISSES.

Identifier les situations professionnelles qui engendrent du stress, pour mieux les anticiper, et établir un plan d'action personnel.

Apprendre plusieurs techniques anti-stress efficaces (exercices de respiration, de posture, etc.), pour rester opérationnel en toutes circonstances, et gérer la pression.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## LA GESTION DU TEMPS

### PRENEZ LE TEMPS D'EN GAGNER.

Acquérir des outils et des méthodes pour améliorer sa gestion du temps, l'objectif étant de parvenir à planifier ses tâches le plus efficacement possible, pour gagner en efficacité.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LES CLÉS DU LÂCHER-PRISE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### RESTEZ SEREIN EN TOUTE SITUATION.

Définir, analyser et comprendre les conséquences du lâcher prise afin d'être en mesure de l'appliquer rapidement pour profiter de ses bienfaits.

Identifier nos sources de stress pour mieux s'en éloigner et apprendre à les relativiser.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## GAGNER EN ASSURANCE ET RENFORCER SES CHANCES DE RÉUSSITE PROFESSIONNELLE

### CROIRE EN SES PROPRES CAPACITÉS.

Se lancer en tant qu'indépendant exige d'avoir pleinement conscience de toutes ses capacités et donc de son potentiel professionnel. Il s'agit ainsi d'apprendre à identifier les points qui nous rendent unique et de profiter de conseils pour travailler sur son image, véritable atout pour aborder ses défis professionnels avec assurance.

Développer sa capacité à s'affirmer en cas de situations délicates est aussi au coeur du programme de cette formation.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LES ATELIERS DE PRÉVENTION : LE MAL DE DOS

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### AGISSEZ POUR VOTRE SANTÉ.

Appréhender des données théoriques pour comprendre le fonctionnement de notre dos et la cause de nos possibles douleurs.

Développer des outils pratiques pour prévenir et agir sur ces problèmes.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## LES ATELIERS DE PRÉVENTION : SOMMEIL ET VIGILANCE

### AMÉLIOREZ VOTRE SOMMEIL ET AGISSEZ AINSI SUR VOTRE EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE.

Comprendre les fondamentaux théoriques relatifs à la question du sommeil (son rôle, son mécanisme, ses pathologies), pour ensuite se former à diverses techniques.

L'objectif est de pouvoir rééquilibrer ou favoriser son temps de sommeil, dont l'impact sera forcément bénéfique pour votre activité professionnelle.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 demi-journée, soit 3 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PREVENIR LE BURN-OUT

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### PRÉSERVEZ VOTRE SÉRÉNITÉ EN FAVORISANT UNE COMMUNICATION CONSTRUCTIVE

Développer ses compétences psychosociales au même titre que ses atouts en matière de communication, pour garantir une meilleure qualité relationnelle dans son milieu professionnel.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

## ÉCRIRE SANS FAUTES : C'EST POSSIBLE

### SOIGNEZ VOTRE PLUME.

Apprendre des astuces simples et efficaces pour consolider son orthographe et ainsi maîtriser sa communication dans un contexte socioprofessionnel.

Renouer notamment avec les grandes règles de la conjugaison et des différents accords.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# GAGNER EN EFFICACITÉ AVEC LE MIND MAPPING

## NIVEAU 1



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**CLARIFIEZ VOS IDÉES ET ENRICHISSEZ VOS PROJETS GRÂCE AU MIND MAPPING.**

S'approprier le fonctionnement des cartes mentales sur différents supports pour profiter de ses nombreux atouts : gain de temps, aide à la mémorisation, à la classification et à la clarification d'idées, et occasion de développer sa créativité.

### LIEUX DE FORMATION

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**  
**ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE**

# GAGNER EN EFFICACITÉ AVEC LE MIND MAPPING

## NIVEAU 2

**RENFORCEZ VOTRE PRATIQUE DU MIND MAPPING.**

Approfondir ses connaissances sur l'univers du Mind Mapping en expérimentant de nouveaux outils de visualisation de l'information (métaphores visuelles, cartes projectives, diaposdesign, logiciel Xmind, etc.), pour réaliser des cartes esthétiques et attractives.

### LIEUX DE FORMATION

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**  
**ORIFF-PL NORMANDIE SEINE**



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.  
Possibilité de venir avec son ordinateur.



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# LES CLÉS DE LA CONFIANCE EN SOI



## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**AVOIR CONFIANCE EN SOI AU TRAVAIL ET L'AUGMENTER. EXPRIMER SES QUALITÉS AU TRAVAIL ET FAVORISER LA CONFIANCE CHEZ LES COLLABORATEURS.**

S'approprier les mécanismes de l'estime de soi, faire le point sur soi-même.  
Renforcer ses bases personnelles d'estime de soi, de sécurité intérieure.  
S'estimer pour développer sa confiance, rester en accord avec ses motivations.

## LIEUX DE FORMATION

**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**

**ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE**

# DATES ET INSCRIPTIONS



**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**[www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org)**  
**02.41.35.19.20**



**ORIFF PL CAEN NORMANDIE**  
**[www.oriffpl-cn.fr](http://www.oriffpl-cn.fr)**  
**02.31.47.99.05**



**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE**  
**[www.oriffplcvdl.org](http://www.oriffplcvdl.org)**  
**02.38.42.24.02**



**ORIFF PL NORMANDIE SEINE**  
**[www.oriffpl-ns.org](http://www.oriffpl-ns.org)**  
**02.35.60.90.55**





# COMPÉTENCES MÉTIERS

---

■ Diversifier son activité en devenant formateur .....	114
■ Obligations déclaratives du formateur occasionnel .....	114
■ Animer une formation : les bases .....	115
■ Animer une formation : diversifier ses méthodes pédagogiques .....	115
■ Le professionnel face aux situations d'agressions	116
■ L'anglais professionnel .....	116

# DIVERSIFIER SON ACTIVITÉ EN DEVENANT FORMATEUR

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Maîtrise technique et expérience professionnelle de plus de 5 ans dans le même domaine d'activité.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## SOYEZ PRÊT À VOUS LANCER COMME FORMATEUR OCCASIONNEL.

Acquérir les connaissances essentielles du domaine de la formation professionnelle : vocabulaire, outils disponibles et surtout informations sur la législation en vigueur, pour exercer en tant que tel.

Commencer sa prospection selon la typologie de ses futurs clients, et à estimer le coût de ses prestations.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# OBLIGATIONS DÉCLARATIVES DU FORMATEUR OCCASIONNEL

## SOYEZ BIEN INFORMÉ QUANT AUX RÈGLEMENTATIONS QUI CONCERNENT LE MÉTIER DE FORMATEUR.

Après avoir participé au module «diversifier son activité en devenant formateur», cette formation propose un bilan sur les différentes obligations administratives du formateur occasionnel.

Il s'agit notamment d'apprendre à mettre en place les outils nécessaires à la déclaration de son activité et à remplir un Bilan Pédagogique et Financier.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le niveau 1 de la formation ci-dessus.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## ANIMER UNE FORMATION : LES BASES



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Maîtrise technique et expérience professionnelle de plus de 5 ans dans le même domaine d'activité.



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### DÉVELOPPEZ LES BONS RÉFLEXES POUR ANIMER UNE FORMATION.

Appréhender les différentes méthodes utilisées par les formateurs professionnels pour être en mesure de préparer et d'animer une formation, en menant à bien une action pédagogique.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

## ANIMER UNE FORMATION : DIVERSIFIER SES MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

### SACHEZ VARIER VOS OUTILS ET VOS TECHNIQUES POUR PARFAIRE VOS QUALITÉS DE FORMATEUR.

S'exercer à différents outils pédagogiques pour être en mesure de s'adapter à des publics différents et selon les objectifs de la formation.

Expérimenter aussi les différents jeux pédagogiques existants.



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Maîtrise technique et expérience professionnelle de plus de 5 ans dans le même domaine d'activité. Avoir participé à la formation Animer une formation - les bases



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# LE PROFESSIONNEL FACE AUX SITUATIONS D'AGRESSION



**PUBLIC VISÉ**

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



**PRÉ-REQUIS**

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



**DURÉE**

1 journée, soit 7 heures.



**TARIF**

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## **ASSUREZ VOTRE SELF-DÉFENSE AVEC EFFICACITÉ.**

Apprendre à adopter le comportement le plus adapté selon le danger en question.

Savoir identifier ce danger, être capable de réagir rapidement, réagir face à ce dernier en s'exerçant à plusieurs techniques (communication verbale et non verbale, agressivité « rituelle », etc.), mais avoir également connaissance des limites pour être certain de respecter la loi.

## LIEUX DE FORMATION

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**ORIFF-PL NORMANDIE SEINE**

# L'ANGLAIS PROFESSIONNEL

## **N'HÉSITEZ PLUS À COMMUNIQUER EN ANGLAIS.**

Maîtriser les bases de la langue anglaise en situation de communication, pour être en mesure de les appliquer au quotidien dans sa pratique professionnelle, en toute autonomie.



**PUBLIC VISÉ**

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



**PRÉ-REQUIS**

Du niveau faux-débutant à avancé.



**DURÉE**

14 heures sous forme de modules



**TARIF**

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## LIEUX DE FORMATION

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE**



# INFORMATIQUE BUREAUTIQUE

---

■ Sensibilisation à la Cybersécurité et à la RGPD	118
■ Le RGPD pour les indépendants.....	118
■ Pack Office : Word, Excel et Powerpoint .....	119
■ Traitement de l'image numérique avec un logiciel gratuit (GIMP, Paintnet) .....	119
■ Excel débutant.....	120
■ Excel perfectionnement.....	120
■ Word.....	121
■ Word perfectionnement.....	121
■ Powerpoint.....	122
■ Utilisation d'un compte Google pour gagner en productivité .....	122

# SENSIBILISATION À LA CYBERSÉCURITÉ ET À LA RGPD



## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



## PRÉ-REQUIS

Connaissances informatiques de base.



## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## SURFEZ ET USEZ D'INTERNET EN GARANTISSANT LA SÉCURITÉ DE VOS INFORMATIONS.

Appréhender les différents risques liés à la sphère numérique en maîtrisant les concepts-clés, en adoptant les bonnes pratiques de sécurité et en sachant réagir face à des dysfonctionnements suspects.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# LE RGPD POUR LES INDÉPENDANTS

## LE RGPD, LA MISE EN PRATIQUE.

Enfin comprendre le RGPD, nous parlons le même langage.

Le RGPD oui mais... concrètement comment faire ?

GO ! Le RGPD et vous, on s'y met tout de suite !

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE



## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



## PRÉ-REQUIS

Possibilité de venir avec son ordinateur portable.  
Cette formation ne nécessite aucun pré-requis graphique.



## DURÉE

1 / 2 journée, soit 4 heures.



## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## PACK OFFICE : WORD, EXCEL, POWERPOINT



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Avoir manipulé un peu les logiciels (vrai ou faux débutant).



2 journées, soit 14 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

**MAÎTRISEZ TOUT AUTANT WORD, EXCEL ET POWERPOINT, POUR PLUS DE POLYVALENCE.**

L'objectif est d'être capable de concevoir un document efficace, à l'aide du Pack Office. Il s'agit d'optimiser votre manipulation de ces trois logiciels pour que vos mises en pages soient claires et vos contenus organisés.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

## TRAITEMENT DE L'IMAGE NUMÉRIQUE AVEC UN LOGICIEL GRATUIT (GIMP/PAINT.NET)

**PRODUISEZ DES VISUELS ADAPTÉS, GRÂCE À DES LOGICIELS GRATUITS.**

Maîtriser différents outils comme GIMP et Paint.net, des logiciels de traitement d'images numériques, pour améliorer sa communication. Il s'agit d'adopter les bonnes pratiques relatives à la production de visuels, en faisant un point sur ce qui concerne la résolution de l'image, la gestion d'une interface de travail, la transformation d'une image, la gestion de ses couleurs ou encore l'ajout d'un bloc de texte.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Possibilité de venir avec son ordinateur portable.  
Cette formation ne nécessite aucun pré-requis graphique.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## EXCEL DÉBUTANT

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir manipulé un peu les logiciels (vrai ou faux débutant).

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### DÉCOUVREZ LES FONCTIONS DE BASE D'EXCEL.

Découvrir l'environnement Excel, gérer des classeurs et des feuilles.

Savoir sélectionner, saisir des données.  
Appréhender les fonctions simples d'Excel et illustrer graphiquement des informations

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## EXCEL PERFECTIONNEMENT (TABLEAUX ET FONCTIONS)

### CONSTRUISEZ DES OUTILS ADAPTÉS À VOTRE ACTIVITÉ GRÂCE À EXCEL.

Utiliser Excel comme outil au service de votre activité.

Apprendre à réaliser des calculs complexes, exploiter vos bases de données...

Savoir faire des tableaux croisés dynamiques en vue de les analyser.

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

### PRÉ-REQUIS

Avoir les notions de base.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## WORD



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Avoir manipulé un peu les logiciels (vrai ou faux débutant).



### DURÉE

1 journées, soit 14 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### DÉCOUVREZ LES FONCTIONS DE BASE DU LOGICIEL DE TRAITEMENT DE TEXTE WORD.

- Découvrir les techniques de création de documents courts (lettres et petits rapports).
- Apprendre à insérer des illustrations (tableaux, images, numérotation et liste).

### LIEUX DE FORMATION

**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## WORD PERFECTIONNEMENT

### FACILITEZ VOS ÉCRITS EN MAÎTRISANT LE LOGICIEL WORD.

- Améliorer la présentation de vos documents grâce à des outils permettant d'automatiser l'usage et la création de vos documents (les styles, les insertions automatiques...).
- Apprenez à produire et à structurer des documents longs (table des matières, annexes...).

### LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL NORMANDIE SEINE



### PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.



### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# POWERPOINT

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## INITIEZ VOUS À POWERPOINT.

Acquérir des outils et des méthodes pour préparer la présentation sur mesure tout en optimisant son temps.

Maîtriser les outils de base et les animations. Convertir le fichier PowerPoint en Word, Excel ou bien créer les vidéos.

## LIEUX DE FORMATION

**ORIFF-PL CAEN NORMANDIE**  
**ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE**

# UTILISATION D'UN COMPTE GOOGLE POUR GAGNER EN PRODUCTIVITÉ

## PROFITEZ DES POSSIBILITÉS QUE PRÉSENTE GOOGLE POUR GÉRER ET DÉVELOPPER VOTRE ACTIVITÉ.

Découvrir tous les outils gratuits et disponibles via la création d'un compte Google afin de les exploiter dans un but professionnel.

Utiliser notamment Google Drive pour stocker et partager ses fichiers dans le Cloud, utiliser Google Contacts pour organiser ses contacts, et Google Agenda pour planifier ses rendez-vous et réunions.

## LIEUX DE FORMATION

**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Utilisation courante d'un PC ou d'un Mac. Possibilité de venir avec son ordinateur portable.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)



# RÉGLEMENTATION JURIDIQUE

---

■ Sauveteur Secouriste du travail.....	124
■ Maintien et actualisation des compétences en sauveteur secouriste du travail (MAC).....	124
■ Les gestes de premiers secours : obtention du PSC1.....	125
■ Recyclage du PSC1.....	125
■ Céder ou arrêter son activité : quelles démarches	126
■ Les gestes qui sauvent.....	126

## SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL (SST)

### PUBLIC VISÉ

Tous professionnels libéraux et leurs salariés (hors médecins, infirmières) susceptibles d'intervenir en tant que « secouriste » dans l'entreprise.

### PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

### DURÉE

2 journées, soit 14 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### OBTENEZ LE CERTIFICAT DE SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL, CERTIFIÉ INRS.

Être capable de mettre en application, en toute sécurité et dans le respect de l'organisation de l'entreprise, ses compétences dans le domaine de la prévention, au profit de la santé et sécurité au travail.

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

## MAINTIEN-ACTUALISATION DES COMPÉTENCES SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL (LE MAC SST)

### RENOUVELEZ VOTRE CERTIFICAT DE SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL, CERTIFIÉ INRS.

Être toujours capable de mettre en application, en toute sécurité et dans le respect de l'organisation de l'entreprise, ses compétences dans le domaine de la prévention, au profit de la santé et sécurité au travail.

### PUBLIC VISÉ

Tous professionnels libéraux et leurs salariés (hors médecins, infirmières) susceptibles d'intervenir en tant que « secouriste » dans l'entreprise.

### PRÉ-REQUIS

Avoir suivi une formation SST et avoir obtenu le certificat.

### DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

### TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

### LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE  
ORIFF-PL NORMANDIE SEINE

# LES GESTES DE PREMIERS SECOURS : OBTENTION DU PSC1



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## OBTENEZ VOTRE PSC1.

Être au point sur les différents types d'urgence, découvrir la marche à suivre en fonction de ces situations et apprendre, grâce à des exercices pratiques, certains gestes de premiers secours comme ceux à appliquer lors d'une réanimation, ou lorsqu'il faut utiliser un défibrillateur.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE

# RECYCLAGE DU PSC1

## RENOUVELEZ VOTRE PSC1.

Le PSC1 est renouvelable tous les 5 ans. Il s'agit de maintenir et surtout d'actualiser ses compétences quant aux gestes de premiers secours à appliquer en cas, par exemple, de perte de connaissance ou d'arrêt cardiaque.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE



Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



Avoir suivi et obtenu le diplôme PSC1, renouvelable tous les 5 ans



1 journée, soit 7 heures.



Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

# CÉDER OU ARRÊTER SON ACTIVITÉ : QUELLES DÉMARCHES ?

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant prévoyant une cessation ou une cession de son activité.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## ANTICIPEZ VOTRE CESSON, OU L'ARRÊT DE VOTRE ACTIVITÉ.

Réfléchir à tous les aspects indispensables pour la réussite de sa sortie professionnelle, selon le contexte. Identifier les différents scénarios possibles dans les types de transmission de son activité et savoir quelles sont les démarches à suivre ; sociales, fiscales et financières.

## LIEUX DE FORMATION

MPL - ORIFF PL GRAND OUEST  
ORIFF-PL CAEN NORMANDIE  
ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# LES GESTES QUI SAUVENT

## PUBLIC VISÉ

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.

## PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

## DURÉE

1 journée, soit 7 heures.

## TARIF

Journée prise en charge.  
(cf conditions générales)

## ABORDEZ TOUS LES THÈMES DU SECOURISME POUR ACQUÉRIR LES NOTIONS SUR LES GESTES QUI SAUVENT.

Rechercher les risques persistants pour protéger.  
Examiner rapidement la victime pour alerter.  
Secourir selon les différentes situations.

## LIEUX DE FORMATION

ORIFF-PL CENTRE VAL DE LOIRE

# DATES ET INSCRIPTIONS



**MPL - ORIFF PL GRAND OUEST**  
**[www.mplgrandouest.org](http://www.mplgrandouest.org)**  
**02.41.35.19.20**



**ORIFF PL CAEN NORMANDIE**  
**[www.oriffpl-cn.fr](http://www.oriffpl-cn.fr)**  
**02.31.47.99.05**



**ORIFF PL CENTRE VAL DE LOIRE**  
**[www.oriffplcvdl.org](http://www.oriffplcvdl.org)**  
**02.38.42.24.02**



**ORIFF PL NORMANDIE SEINE**  
**[www.oriffpl-ns.org](http://www.oriffpl-ns.org)**  
**02.35.60.90.55**



# LES ARAPL

PLUS GRAND RÉSEAU D'ASSOCIATIONS DE GESTION AGRÉÉES

DE FRANCE

130 000 adhérents

ADHÉREZ  
&  
BÉNÉFICIEZ  
de la  
NON MAJORATION  
de 25%  
de votre bénéfice

## 4 STRUCTURES pour UN SERVICE de PROXIMITÉ

NOTRE MISSION  
VOUS ACCOMPAGNER



Informier



Former



Prévenir



Sécuriser

**arapl**  
Grand Ouest

107, avenue Henri Fréville  
CS 80738  
35207 Rennes Cedex 2  
02 99 53 60 70  
[www.araplgrandouest.org](http://www.araplgrandouest.org)

**ARAPL**  
Normandie Ouest

11 Rue du Colonel Rémy  
BP 35363  
14053 CAEN Cedex 4  
02 31 44 27 65  
[www.araplno.org](http://www.araplno.org)

 **ARAPL**  
NORMANDIE SEINE

66 Quai de Boisguilbert  
76000 ROUEN  
02 35 61 61 86  
[www.araplno.org](http://www.araplno.org)

**ARAPL**  
GRAND CENTRE

19 bd Alexandre Martin  
BP 1805  
45008 ORLÉANS Cedex 1  
02.38.42.24.00  
[www.araplgc.org](http://www.araplgc.org)