# CALENDRIER DES SESSIONS INTER-ENTREPRISES 2026





## Nos métiers

Depuis 1996, ALTERNATIVE formation est spécialisée dans la formation professionnelle continue, avec une forte expertise dans le domaine informatique.



- · Les formations présentielles
- · La location de salles



· Le Digital Learning



· La classe virtuelle

## Les certifications









Alternative Formation est reconnue et certifiée Qualiopi pour ses actions de formations

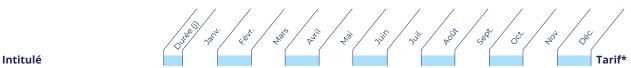


Alternative Formation est enregistrée auprès de la Préfecture du Nord sous le numéro **31 59 0 3765 59** 

www.alternative-formation.fr



## La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises Bureautique



## **CERTIFICATIONS BUREAUTIQUES**

Certification IOSA	ın	Nous consulter -	65 €
Certification ICDL	1h	HOUS CONSUME.	80 €

## PRISE EN MAIN BUREAUTIQUE, INFORMATIQUE ET RÉSEAUX SOCIAUX

Débuter avec l'ordinateur	2	5-6		9-10	11-12		6-7	7-8		5-6	600 €
Débuter avec la bureautique	3	7-9		11-13		10-12	8-10	9-11		16-18	900 €
Réseaux sociaux, comprendre et communiquer efficacement	1		25		20		15		21		400 €

## MICROSOFT EXCEL (CPF)

Excel - initiation	2	8-9	5-6	2-3	7-8	4-5	4-5	6-7		3-4	1-2	5-6	3-4	600 €
Excel - consolider les bases du logiciel	1		4		1		3		26	30		4	2	300 €
Excel - intermédiaire	2	12-13	12-13	12-13	9-10	11-12	11-12	9-10	27-28	14-15	12-13	16-17	14-15	600 €
Excel - remise à niveau	1	7		4		7		1		2		4		300 €
Excel - graphiques	0.5		11			26		22			7			200 €
Excel - perfectionnement	2	19-20	19-20	19-20	20-21	18-19	18-19	20-21	27-28	17-18	19-20	16-17	17-18	700 €
Excel - base de données et TCD	1		18		15		17	29		16		18		400 €
Excel - manipuler et optimiser vos calculs	1	21		18		20		22			21		16	400 €
Excel - maîtriser les fonctionnalités d'Excel 365	1		25		23			22			28			400 €
Excel - tableaux de bords	2	22-23		23-24		21-22		23-24	24-25	21-22		23-24		800 €
Excel - experts	2		26-27		27-28		25-26			28-29		26-27	21-22	800 €
Excel - macros	1	28		25		27		29		23		25		400 €
Excel - Powerquery	1		4		7		3			2		4		400 €
Excel – PowerPivot & PowerQuery	2	26-27		30-31		26-27		27-28		28-29		26-27		800 €
Excel VBA - initiation	3		4-6			4-6		1-3		16-18		16-18		1 350 €
Excel VBA - perfectionnement	2			19-20			4-5				19-20			1000 €

## MICROSOFT 365 CPF

Tour d'horizon de la suite 365	1		4				3				7			300 €
Découvrir Office Online et les outils collaboratifs	2	5-6			7-8					3-4			10-11	600 €
Découvrir les outils de stockage et de prise de note Microsoft 365	1			4			3			2		18		300 €
Découvrir ONE NOTE	0.5	7		11		13				9		4		200 €
Découvrir SHAREPOINT Online	1		18				17			30			2	300 €
Elaborer des formulaires avec FORMS	0.5	7		11		13				9		4		200 €
Stocker et partager avec ONE DRIVE	0.5	14			8		10			16			9	200 €
Découvrir TEAMS, SHAREPOINT et ONE DRIVE	1		25		22		24		28		7		16	300 €
Approfondir ses connaissances des outils collaboratifs ONE DRIVE, SHAREPOINT et TEAMS	1			4				15			30			300 €
Découvrir les fonctionnalités de TEAMS	1	23		20		29		15			14			300 €
TEAMS - approfondissement - Collaborer avec les équipes	0.5	14	11		8	20	10			16		18	9	200 €
TEAMS - approfondissement - Organiser et mener des réunions	0.5	14	11			20	10			16		18	9	200 €

ALTERNATIVE FORMATION 2026 \*Tarif HT / personne. TVA à 20%

## La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises Bureautique



Intitulé

## **BUSINESS INTELLIGENCE**

Power BI desktop - initiation	3	28-30		16-18		11-13		8-10		21-23	2-4		1 350 €
Power BI desktop - Powerquery	1		25				24		26			16	450 €
Power BI desktop - Le langage DAX	1				29				26		4		450 €
Power BI desktop - perfectionnement	2		23-24		23-24		22-23			24-25		3-4	1000 €

## GOOGLE WORKSPACE CPF

Google Mail/Chrome/Drive/Agenda	1		6		3		1			2		4	300 €
Google Drive - initiation	0.5		25			20		3	23			11	200 €
Google Docs - initiation	1	23			24		19		11		13		300 €
Google Sheets - initiation	2	12-13		16-17			11-12		17-18		16-17		600 €
Google Slides - initiation	0.5		25			20		3	23			11	200 €

## MICROSOFT OUTLOOK CPF

Outlook - initiation	1	16		13		7		10		4		6	300 €
Outlook - perfectionnement	1		2		24		15		31		30	30	350 €

## MICROSOFT WORD CPF

Word - initiation	2	5-6			2-3			2-3		1-2		3-4	600 €
Word - intermédiaire	2		12-13		13-14		11-12	16-17	17-18		12-13		600 €
Word - remise à niveau	1			4				1		28			300 €
Word - perfectionnement	2	22-23		23-24		26-27		23-24	24-25		23-24	21-22	700 €
Word - documents longs	1			25			24			30			400 €
Word - publipostage et formulaires	1				29				25			23	400 €

## MICROSOFT POWERPOINT CPF

PowerPoint - initiation	2	19-20		19-20		11-12	11-12	9-10		10-11		16-17	10-11	600 €
PowerPoint - remise à niveau	1		19		16		18		27		12		17	300 €
PowerPoint - perfectionnement	1		20		17		19		28		13		18	400 €

## **MICROSOFT PROJECT**

Project - gérer un projet (initiation)	3	4-6		1-3	3-5		7-9		4-6	1 350 €
Project - création de plannings & gestion de l'avancement	2		9-10			6-7		12-13		900 €
Project - gestion des ressources	1		11			8		14		450 €

Nos formations sont proposées en présentiel à Villeneuve d'Ascq ou France entière, mais aussi en distanciel avec Altervisio

www.alternative-formation.fr





La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises

## Intelligence artificielle Développement Web / Ro

Développement Web / Base de données











## Intitulé

#### **INTELLIGENCE ARTIFICIELLE**

Introduction à l'Intelligence Artificielle Des outils pour accélérer votre quotidien	0,5		11		8		17	26		7		16	400 €
Copilot PRO – L'IA de Microsoft	2	15-16		16-17		18-19	16-17			1-2		7-8	1 400 €
Comprendre et utiliser efficacement ChatGPT	0,5	14		11		6	15		2		4		400 €
Rédiger des prompts efficaces	0,5	28		4		20	8		16		14		400 €

#### **DÉVELOPPEMENT WEB**

HTML / CSS - mettre en forme des pages web	3		4-6			1-3			23-25		1 350 €
HTML / CSS - utiliser les fonctionnalités avancées	2			2-3				1-2			900 €
JavaScript - comprendre et utiliser le JavaScript pour le développement web	3	18-20			10-12		9-11			9-11	1 350 €

#### **BASE DE DONNÉES**

SQL - comprendre les bases de données relationnelles et extraire les données en SQL	2	2-3		4-5		3-4	5-6	1000 €
SQL - aller plus loin dans les instructions SQL	1		17				18	550 €

Nos formations sont proposées en présentiel à Villeneuve d'Ascq ou France entière, mais aussi en distanciel avec Altervisio

www.alternative-formation.fr

Tosa



Les certifications ICDL et TOSA rendent votre formation en Bureautique, PAO, CAO ou DAO éligible au CPF. Contactez-nous pour connaître les logiciels concernés et les modalités de mise en œuvre.

ALTERNATIVE FORMATION 2026 5

\*Tarif HT / personne. TVA à 20%



## La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises Outils graphiques





## **CERTIFICATIONS PAO**

Certification TOSA	1h	Nous consulter	65 €
Certification ICDL	1h	Hous consulter	80 €

## **ADOBE ACROBAT**

Acrobat Pro - modification de PDF	1	4		1		1		400 €
Acrobat Pro - formulaires, sécurité et signatures	2	2-3		2-3		1-2		900 €

## ADOBE INDESIGN CPF

Techniques de mise en page avec InDesign	1		6		10			15			23			400 €
InDesign - initiation	3	7-9		4-6		11-13	3-5	1-3		2-4	7-9	4-6	2-4	1 200 €
InDesign - perfectionnement	2		19-20		9-10		15-16			14-15		16-17	21-22	900 €
InDesign - créer des PDF interactifs et animés	2		2-3						24-25					900 €
InDesign - documents longs	1				17							11		450 €
InDesign - créer un journal d'entreprise	2				9-10				27-28					900 €

## ADOBE ILLUSTRATOR CPF

Illustrator - initiation	3	21-23		23-25		27-29	24-26	22-24		23-25	21-23	25-27	16-18	1 200 €
Illustrator - perfectionnement	2		16-17		2-3		22-23				5-6		7-8	900 €
Illustrator - pour les Stylistes	2			12-13		14-15				7-8		26-27		900 €
Illustrator - Cartographie	2					21-22				3-4				900 €
Illustrator - Packaging	2		26-27					27-28			29-30			900 €
Illustrator - Dessin 3D	1				22			15				25		450 €
Illustrator - Vectorisation professionnelle	1				22				26					450 €
Illustrator & Firefly - IA générative et créativité	1			11			3				2			700 €

## **ADOBE PHOTOSHOP - ADOBE LIGHTROOM**

			`
Г	C	PI	F
			4

Techniques de prise de vue photos	2	29-30				18-19			27-28		22-23			900 €
Photoshop - initiation	3	14-16		16-18		18-20	17-19	15-17		9-11	14-16	11-13	14-16	1 200 €
Photoshop - perfectionnement	2		9-10		23-24		11-12		27-28		12-13		7-8	900 €
Photoshop - pour le web	2	29-30		26-27			4-5				19-20			900 €
Photoshop - pour les Stylistes	2		5-6	30-31			29-30			21-22		23-24		900 €
Photoshop portraits et personnages	2	8-9			13-14			20-21			26-27			900 €
Photoshop & Firefly - Niveau débutant	2		19-20		9-10		15-16			14-15		16-17	21-22	1 400 €
Photoshop & Firefly - Niveau initié	1	30		9		6		15		16		11		700 €
Lightroom classic (version desktop)	2		23-24		27-28		29-30			16-18		2-3		900 €
Découverte PAO Photoshop, Illustrator, InDesign	3		2-4		15-17		17-19			16-17				1 200 €
Interactions Photoshop, Illustrator, InDesign	2	19-20			13-14					21-22		5-6		900 €
Techniques de création graphique avec Photoshop & Illustrator	2	15-16		19-20			1-2			7-8		2-3		800 €

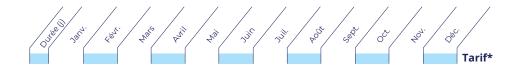




### La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises

## Outils graphiques

Intitulé



#### **IA GÉNÉRATIVE ADOBE**

Adobe Firefly - IA générative et créativité	1	30		4	7		3		- 1		10	700 €
Les outils de l'IA dans les applications Abode	2		3-4		5-6			1-2			10-11	1 400 €
L'IA pour les graphistes et les stylistes	2	13-14		19-20		2-3		8-9		3-4		1 400 €

#### VIDÉO

Techniques de prise de vue vidéos	2	15-16				11-12					19-20			900 €
Premiere Pro - pour les réseaux sociaux	2		9-10		23-24		11-12	8-9	27-28		12-13		17-18	900 €
Premiere Pro - initiation	3	26-28		9-11		11-13		8-10		14-16		18-20		1 350 €
Premiere Pro - perfectionnement	2		2-3				25-26				19-20			1000 €
After Effects - initiation	3		11-13			27-29			26-28		5-7		2-4	1 350 €
After Effects - perfectionnement	2			5-6			1-2					12-13		1000 €

## DAO & RENDU 3D CPF



AutoCAD 2D - initiation	5	19-21+ 29-30		+ 2-3 avr				4 juin 3 juil		sept oct	2-4 + 14-15	2 250 €
AutoCAD 2D - lecture de plans et modifications	3		11-13	25-27		11-13		8-10		14-16	9-11	1 350 €
AutoCAD 2D - perfectionnement	3				8-10			27-29		28-30		1 500 €
Sketchup Pro - initiation	3	26-28			15-17			15-17		7-9	9-11	1 500 €
Blender - initiation	3		25-27					8-10		28-30		1500 €

### **WEB DESIGN**

Adobe Animate	3			9-11					2-4				1 500 €
Photoshop - pour le web	2	29-30		26-27		4-5				19-20			900 €
Premiere Pro - pour les réseaux sociaux	2		9-10		23-24	11-12		27-28		12-13		7-8	900 €
WordPress	3			11-13			8-10				11-13		1500 €

Nos formations sont proposées en présentiel à Villeneuve d'Ascq ou France entière, mais aussi en distanciel avec Altervisio

www.alternative-formation.fr

Tosa/



Contactez-nous pour connaître les logiciels concernés et les modalités de mise en œuvre.

ALTERNATIVE FORMATION 2026

\*Tarif HT / personne. TVA à 20%

Intitulé



## **POSITIONNEMENT ET FONCTIONS DU MANAGER**

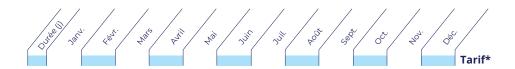
Nouveau manager - réussir sa prise de fonction	1	30				18				1			1	500 €
Management d'équipe - les indispensables du manager	3			2-4			3-5			9-11		4-6		1 500 €
Management d'équipe - suivi des performances collectives	2	5-6			13-14			6-7			1-2		3-4	1000 €
Management transversal - manager sans lien hiérarchique	3		11-13			11-13					14-16			1 500 €
Manager et booster son équipe commerciale	3	26-28			22-24			22-24				25-27		1 500 €
Manager des managers	2			19-20				16-17			5-6			1 000 €
Piloter le changement	2		26-27			4-5				7-8			10-11	1 000 €
Développer son leadership	2			12-13				9-10				2-3		1 000 €
Motiver et dynamiser ses équipes	2	19-20				6-7				17-18				1 000 €
Déléguer et responsabiliser ses collaborateurs	2		5-6				1-2			21-22		19-20		1 000 €
Manager les personnalités difficiles et les situations conflictuelles	2	22-23				11-12		2-3		24-25			3-4	1 000 €
Manager les nouvelles générations	2				2-3						8-9			1 000 €
Manager ses équipes à distance	2			26-27					27-28					1 000 €

#### **OUTILS DU MANAGER**

Les outils de pilotage - structurer, organiser son action managériale	1					29						27		500 €
Prise de parole en public - prendre la parole devant un auditoire	2	12-13		16-17		21-22		30-31		28-29		23-24		1 000 €
Perfectionner sa prise de parole en public	2				20-21				24-25				3-4	1 000 €
Animer ses réunions efficacement	2		2-3			18-19				17-18			7-8	1 000 €
Gérer efficacement son temps et son organisation	2	15-16		30-31				16-17		28-29				1 000 €
Communiquer efficacement à l'oral et à l'écrit - spécial managers	2			12-13						24-25				1 000 €
Développer son éloquence	2		9-10				11-12				12-13			1 000 €
Fidéliser ses collaborateurs	2	26-27			2-3			9-10				2-3		1 000 €
Prévenir le harcèlement dans ses pratiques managériales	2			5-6			25-26			17-18			14-15	1 000 €
Structurer sa pensée par le Mind Mapping ou carte mentale	1		20		10		12			11		13		500 €
Les fondamentaux du recrutement pour recruteurs occasionnels	1	9				20				18		27		500 €
Conduire un entretien professionnel	1		6					6			30			500 €
Conduire un entretien annuel d'évaluation	2	15-16				21-22				28-29				1 000 €
Leadership au feminin	2		19-20					2-3			12-13			1 000 €
Manager par l'intelligence émotionnelle	2			9-10				6-7				26-27		1 000 €
Option Test EQ-i + rapport individuel + débrief individuel d'1h30														300 €







## **COMMUNICATION ORALE**

Améliorer sa communication - les fondamentaux	2	5-6			16-17		25-26			3-4			3-4	1000 €
Prise de parole en public - prendre la parole devant un auditoire	2	15-16		16-17		21-22		2-3		28-29		23-24		1000 €
Perfectionner sa prise de parole en public	2				23-24				27-28				10-11	1 000 €
Développer son éloquence	2		9-10				11-12				12-13			1 000 €
Lire vite et retenir l'essentiel	2			5-6				16-17				2-3		1000 €
Développer sa capacité de synthèse à l'oral et à l'écrit	3	7-9			1-3		17-19			14-16		23-25		1 500 €
Animer ses réunions efficacement	2		2-3			11-12				17-18			7-8	1000 €
Professionnaliser l'accueil physique et téléphonique	2			9-10			22-23				29-30			1000 €

#### **COMMUNICATION ÉCRITE**

Rédiger des écrits professionnels efficaces	3		4-6		27-29			24-26			2-4		1500 €
Réussir sa présentation PowerPoint	2	15-16		9-10			2-3		28-29		12-13		1000 €
Prendre des notes et rédiger un compte rendu	2		16-17	7-8		11-12				1-2		7-8	1000 €
Grammaire et orthographe - maîtriser les règles d'usage du français	2	8-9		13-14			9-10			12-13	26-27		1000 €
Rédiger pour le web	2		23-24					27-28					1000 €

## **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL**

Gérer efficacement son temps et son organisation	2	15-16			2-3			16-17			5-6			1000 €
Développer assertivité et confiance en soi	3		11-13		13-15		3-5			21-23			14-16	1 500 €
Prévenir et gérer le stress	2	29-30			23-24		11-12		31	I-1		23-24		1000 €
Résoudre les conflits avec succès	2	22-23			20-21			6-7			8-9		10-11	1000 €
Structurer sa pensée par le Mind Mapping ou carte mentale	1		20		10		10			7		27		500 €
Développer une attitude positive en entreprise	2			26-27				20-21			15-16			1000€
Booster et développer sa mémoire	1	26				28					30			500 €
Préparer sa retraite	3			23-25			24-26					23-25		1 500 €
Lâcher prise et réguler ses émotions	2		26-27			28-29					29-30			1000€
Développer son intelligence émotionnelle	2			12-13				2-3				26-27		1 000 €
Option Test EQ-i + rapport individuel + débrief individuel d'1h30														300 €

\*Tarif HT / personne. TVA à 20%

ALTERNATIVE FORMATION 2026



#### La Formation Présentielle - Calendrier Inter-entreprises

## Marketing / Communication digitale

Intitulé



#### **MARKETING ET COMMUNICATION DIGITALE**

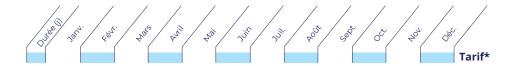
Marketing - les fondamentaux	3		2-4			4-6					5-7			1 500 €
Marketing digital - comprendre et définir sa stratégie digitale	2			5-6			11-12			10-11			10-11	1 000 €
Community Management - savoir gérer une communauté	2	29-30			27-28			16-17			29-30			1000 €
Développer et animer son réseau professionnel	2		5-6				8-9					5-6		1000 €
Gérer sa e-réputation professionnelle	2			26-27						28-29				1 000 €
Réseaux sociaux - comprendre et communiquer efficacement	1		27			22		15			23			400 €
Savoir utiliser les réseaux sociaux pour développer sa clientèle	1	28			29			16			30			500 €
CANVA - Création visuelle multisupport	1		19		23		25			24		26		500 €
CANVA - Création visuelle multisupport - Niveau 2	1		20		24		26			25		27		500 €
INSTAGRAM - Création et utilisation professionnelle	1			18				10			16			500 €
FACEBOOK pour les professionnels	1	14				29			28			13		500 €
LINKEDIN pour les professionnels	1				3			24					4	500 €
WIX - Création d'un site web	1			6			15				5			500 €
Rédiger pour le web	2	15-16			16-17			20-21			19-20			1 000 €
SEO - Réferencement de sites web	2			19-20			18-19			17-18			14-15	1 000 €

Nos formations sont proposées en présentiel à Villeneuve d'Ascq ou France entière, mais aussi en distanciel avec Altervisio

www.alternative-formation.fr



## Droit social/prévention/qualité de vie au travail



#### Intitulé

#### **DROIT SOCIAL ET PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS**

Sensibilisation à la lutte contre le racisme et les discrimination	1			6		10				28		9	500 €
Prévention des risques psychosociaux (RPS)	2	19-20			9-10		16-17		3-4			3-4	1 000 €
Évaluation des risques professionnels et mise en place du DUERP	2				27-28			24-25			23-24		1 000 €
Sécurité, santé au travail - les obligations réglementaires	1	7			8					21			500 €
Référent santé et sécurité au travail	5				13-17				21-25				2 500 €
Acquérir les bases en matière de sécurité et de santé au travail	2			26-27			16-17			29-30			1 000 €
Prévention des accidents à l'aide de l'arbre des causes	1		11				8					9	500 €
La responsabilité civile et pénale en matière d'accidents de travail	1				22				30				500 €

#### **MEMBRES ÉLUS CSE / CSSCT**

La prévention des risques psychosociaux (RPS) pour les membres CSE / CSSCT	1				22					30				500 €
OSSCT - Nouveaux élus au CSE (entreprises de moins de 50 sal.)	3+2	21-23 + 29-30			mars avril		9 mai 5 juin	1-3 + 9-10		2-4 + 10-11	28-30 + 5-6	oct. nov.	2-4 + 10-11	2 500 €
OSSCT - Renouvellement pour élus au CSE (entreprises de moins de 50 sal.)	3		4-6			5-7			26-28			25-27		1500 €
©SSCT - Nouveaux élus au CSE (entreprises de 50 à 299 sal.)	3+2	21-23 + 29-30			mars avril		9 mai 5 juin	1-3 + 9-10		2-4 + 10-11	28-30 + 5-6	oct. nov.	2-4 + 10-11	2 500 €
SSCT - Renouvellement pour élus au CSE (entreprises de 50 à 299 sal.)	3	26-28		18-20			3-5			7-9		2-4		1 500 €
SSCT - Nouveaux élus au CSE (entreprises de + de 300 sal.)	3+2				22-24 + 4-5	avril mai		20-22 + 27-28			14-16 + 22-23			2 500 €
"SSCT - Renouvellement pour membres CSSCT (entreprises de + de 300 sal.)	3+2			février mars			10-12 + 18-19			21-23 + 28-29				2 500 €
Référent CSE contre le harcèlement moral et sexuel	1		3		15			8			7		1	500 €
Les prérogatives environnementales des représentants du personnel	1			6			10					12		500 €
Les représentants de proximité du CSE (distanciel)	1	14			7						21			500 €

<sup>(1)</sup>agrément préfectoral

Nos formations sont proposées en présentiel à Villeneuve d'Ascq ou France entière, mais aussi en distanciel avec Altervisio

www.alternative-formation.fr

ALTERNATIVE FORMATION 2026

\*Tarif HT / personne. TVA à 20%

# Alternative vous accompagne pour l'organisation de vos séminaires, vos formations ou vos réunions





5 Avenue de la Créativité, 59650 Villeneuve-d'Ascq

03 20 41 55 33









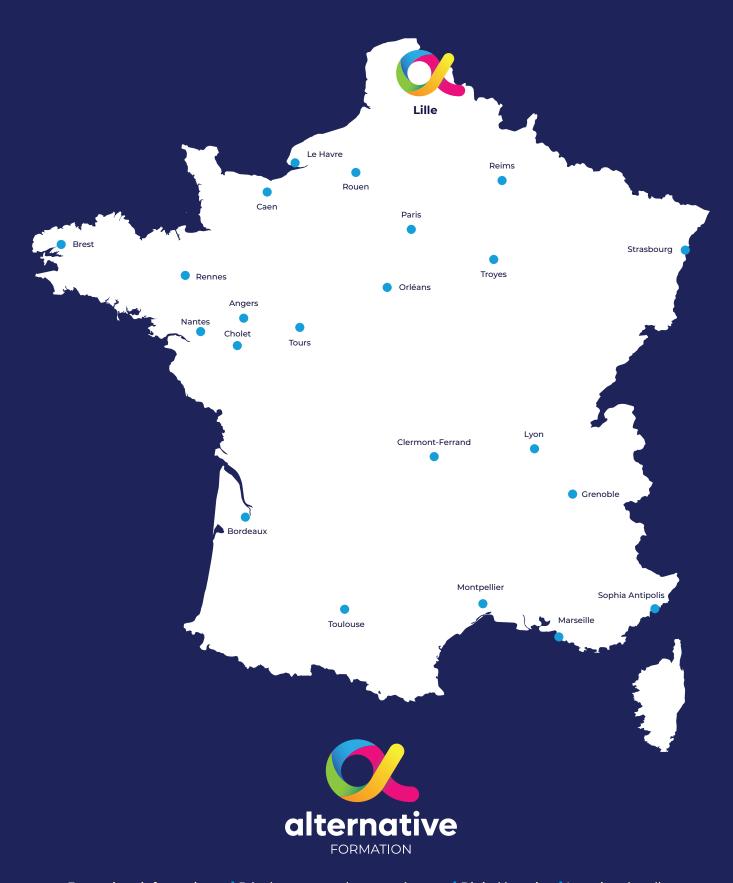


Salles de réunion, compactes, spacieuses, équipées ou non, faites votre choix !

Contactez-nous pour connaître les modalités : location@alternative-formation.fr

## FORMATIONS INTER ET INTRA DANS TOUTE LA FRANCE





Formations informatiques | Développement des compétences | Digital learning | Location de salles