

CATALOGUE DES FORMATIONS

- ELEARNING,
- à DISTANCE



SOMMAIRE

 Trouvez la formation qui vous ressemble et révélez votre potentiel ✨

BUREAUTIQUE - ANALYSE DE DONNÉES (BI)	PAGE 3
SITES et APP - MARKETING DIGITAL.....	PAGE 4
CODAGE - BASE DE DONNÉES - SYSTÈMES RÉSEAUX.....	PAGE 4
PAO & VIDÉO.....	PAGE 5
CAO DAO 2D/3D.....	PAGE 5
INTELLIGENCE ARTIFICIELLE (IA).....	PAGE 5
MANAGEMENT – COMMUNICATION.....	PAGE 6
RESSOURCES HUMAINES (RH) - PROJETS PROFESSIONNELS – JURIDIQUE.....	PAGE 7
COMMERCIAL & VENTES - CRÉATION D'ENTREPRISE (et reprise).....	PAGE 7
ESTHÉTIQUE – SANTÉ.....	PAGE 8
PRÉVENTION (Bien-être au travail, Transition énergétique).....	PAGE 8
RÉGLEMENTAIRES – HABILITATIONS.....	PAGE 9
LANGUES ETRANGERES.....	PAGE 9

Contact :

Alexis Dapoigny

06.76.95.81.09

innovetconseil33@gmail.com



BUREAUTIQUE - ANALYSE DE DONNÉES (BI)

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Compétences Digitales DigComp	Bureautique / Compétences numériques	21
Le numérique responsable (Soft Skills)	Bureautique / Compétences numériques	0,3
Les Bases informatiques sur Windows	Bureautique / Windows	12
Les Bases informatiques sur Mac	Bureautique / Mac	6
Sécurité informatique pour l'utilisateur (Cybersécurité) (ENI)	Bureautique / Cybersécurité	8
Cybersécurité : adopter des gestes au quotidien (Soft Skills)	Bureautique / Cybersécurité	0,3
PACK Applications bureautiques essentielles (Microsoft Word et Excel, Outils collaboratifs Google, Explorateurs Windows et Mac)	Bureautique / Pack Office	44
Tableur Google Sheets - GSheets - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Google Sheets (GSheets)	9
Traitement de texte Google Docs - GDocs - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Google Docs (GDocs)	9
Logiciel de présentation Google Slides - GSlides - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Google Slides (GSlides)	6
Outils collaboratifs GOOGLE WORKSPACE	Bureautique / Google Workspace	6
Plateforme collaborative Microsoft OFFICE 365	Bureautique / Microsoft Collaborative Office 365	14
Microsoft EXCEL 2021 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft Excel	15
Microsoft EXCEL 2019 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft Excel	15
Microsoft EXCEL 2021 tous niveaux - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft Excel	45
Microsoft EXCEL 2019 tous niveaux - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft Excel	21
Microsoft EXCEL 2021 Initiation - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft Excel	15
Langage VBA Excel et Macros (Visual Basic)	Bureautique / VBA Excel	14
Microsoft WORD 2021 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft Word	18
Microsoft WORD 2019 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft Word	18
Microsoft WORD 2021 Initiation - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft Word	5
Microsoft POWERPOINT 2021 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft PowerPoint	15
Microsoft POWERPOINT 2019 tous niveaux - Interactif et Adaptatif avec logiciel intégré (ENI)	Bureautique / Microsoft PowerPoint	15
Microsoft POWERPOINT 2019 Initiation - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft PowerPoint	5
Microsoft POWERPOINT 2019 Perfectionnement - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft PowerPoint	5
Microsoft OUTLOOK 2019 tous niveaux - Tutoriel vidéos pédagogiques	Bureautique / Microsoft Outlook	3
Microsoft POWER BI Desktop – Analyser les données et Concevoir des tableaux de bord interactifs (ENI)	Analyse de données (BI) / Power BI	5
Gestion d'un secrétariat au quotidien	Bureautique / Secrétariat	12
Concevoir et préparer une formation	Bureautique / Formateurs FPA	25



SITES et APP - MARKETING DIGITAL

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
PACK Créer et animer un site web avec WORDPRESS Photoshop et Canva	Sites et APP / Wordpress	36
Création site et boutique en ligne avec WORDPRESS + WOOCOMERCE	Sites et APP / Wordpress	12
Edition de site web avec SHOPIFY + Canva pour E-Commerce	Sites et APP / Shopify	7
Edition de site web avec SHOPIFY pour E-Commerce	Sites et APP / Shopify	4
De l'Expérience utilisateur UX UI au Webdesign	Sites et APP / UX UI webdesign	4
FIGMA : du Prototypage à l'Animation	Sites et APP / FIGMA	5,5
Créer une Landing Page avec FIGMA	Sites et APP / FIGMA	2
Référencement naturel SEO pour la visibilité d'un site internet	Sites et APP / Référencement SEO	21
Stratégie de Webmarketing	Marketing Digital	24
Marketing Digital, Growth Hacking et IA	Marketing Digital	26
Introduction au Marketing Digital	Marketing Digital	14
Introduction aux Réseaux sociaux	Marketing Digital	14
Réseaux Sociaux et ads	Marketing Digital / Campagnes Ads	40
Rédacteur Web avec extension ChatGPT	Marketing Digital / Rédaction web	15
Facebook Marketing	Marketing Digital / Facebook (Meta)	5
Initiation à Facebook	Marketing Digital / Facebook (Meta)	16
Initiation à Instagram	Marketing Digital / Instagram Marketing	11
Instagram Marketing	Marketing Digital / Instagram Marketing	3
LinkedIn Marketing	Marketing Digital / LinkedIn	9
Initiation à Pinterest	Marketing Digital / Pinterest	3
Initiation à Snapchat	Marketing Digital / Snapchat	4
Initiation à X (Twitter)	Marketing Digital / X (Twitter)	4
WhatsApp Business	Marketing Digital / WhatsApp Business	5
Initiation à Youtube	Marketing Digital / Youtube	2,5

CODAGE - BASE DE DONNÉES - SYSTÈMES RÉSEAUX

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Édition de sites web HTML5 CSS3 CMS et JAVASCRIPT	Codage / HTML CSS JAVASCRIPT	19
Maîtriser le PHP-MySQL (pour les sites dynamiques)	Codage / PHP - MySQL	9
Maîtriser le langage PYTHON	Codage / PYTHON	15
Devenez développeur Java	Codage / JAVA	17
Framework BOOTSTRAP 5.X	Codage / BOOTSTRAP	9
LINUX et les Environnements virtualisés	Systèmes Réseaux / LINUX	4,5
SHELL l'interpréteur de ligne de commande	Systèmes Réseaux / SHELL	5
MERISE pour la Conception de Bases de Données	Bases de données / Merise (base de données)	3

PAO & VIDÉO

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures	Durée d'utilisation de la formation	Visio formateur en 1 clic
PACK Adobe tous niveaux (Photoshop, Illustrator et Indesign)	PAO et Vidéo / Pack Adobe	53	12 mois	visio possible
Adobe PHOTOSHOP 2024 Les bases	PAO et Vidéo / Adobe Photoshop	9	12 mois	visio possible
Adobe PHOTOSHOP (versions 2020 à 2023) – Les fonctions essentielles (ENI)	PAO et Vidéo / Adobe Photoshop	9	12 mois	visio possible
Adobe PHOTOSHOP 2021 Les bases	PAO et Vidéo / Adobe Photoshop	8	12 mois	visio possible
Adobe PHOTOSHOP 2021 Intermédiaire	PAO et Vidéo / Adobe Photoshop	11	12 mois	visio possible
Adobe PHOTOSHOP 2021 De A à Z	PAO et Vidéo / Adobe Photoshop	18	12 mois	visio possible
Adobe ILLUSTRATOR 2021 Les bases	PAO et Vidéo / Adobe Illustrator	8	12 mois	visio possible
Adobe ILLUSTRATOR 2021 Intermédiaire	PAO et Vidéo / Adobe Illustrator	11	12 mois	visio possible
Adobe ILLUSTRATOR 2021 De A à Z	PAO et Vidéo / Adobe Illustrator	19	12 mois	visio possible
Adobe INDESIGN 2021 Les bases	PAO et Vidéo / Adobe InDesign	9	12 mois	visio possible
Adobe INDESIGN 2021 Intermédiaire	PAO et Vidéo / Adobe InDesign	6	12 mois	visio possible
Adobe INDESIGN 2021 De A à Z	PAO et Vidéo / Adobe InDesign	15	12 mois	visio possible
Montage Vidéo avec Adobe PREMIERE PRO 2024	PAO et Vidéo / Adobe Première Pro	8	12 mois	visio possible
Pack Adobe PREMIERE PRO 2018 + Photoshop 2021 (Les bases)	PAO et Vidéo / Adobe Première Pro	15	12 mois	visio possible
Motion design avec After Effect	PAO et Vidéo / After Effect	7		visio possible
Concevoir des vidéos promotionnelles avec le logiciel gratuit ShotCut	PAO et Vidéo / ShotCut	21	12 mois	visio possible
Création visuelle professionnelle avec CANVA	PAO et Vidéo / Canva	10		visio possible
Utilisation d'un logiciel d'édition d'images CANVA	PAO et Vidéo / Canva	3,5		visio possible
Initiation à Canva & Hootsuite	PAO et Vidéo / Canva - Hootsuite	1		visio possible

CAO 2D 3D

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures	Durée d'utilisation de la formation	Visio formateur en 1 clic
SKETCHUP PRO 2023-2024 avec Ateliers décoration intérieure	CAO 2D 3D / SKETCHUP	19	12 mois	visio possible
SKETCHUP PRO 2018-2021 avec Ateliers décoration intérieure	CAO 2D 3D / SKETCHUP	19	12 mois	visio possible
SKETCHUP FREE avec Ateliers décoration intérieur	CAO 2D 3D / SKETCHUP	7	12 mois	visio possible
(Sketchup) LayOut 2023 pour créer des plans d'exécution et présentations architecturaux	CAO 2D 3D / SKETCHUP	3	12 mois	visio possible
Autodesk AUTOCAD 2D et 3D	CAO 2D 3D / AutoDesk AUTOCAD	19	12 mois	visio possible
AutoDesk REVIT Architecture	CAO 2D 3D / AutoDesk REVIT	21	12 mois	visio possible
AutoDesk REVIT MEP Fluides - CVC Plomberie	CAO 2D 3D / AutoDesk REVIT	22	12 mois	visio possible
AutoDesk REVIT MEP Electricité	CAO 2D 3D / AutoDesk REVIT	15	12 mois	visio possible
BLENDER - Modélisation 3D tous niveaux	CAO 2D 3D / BLENDER	23	12 mois	visio possible
BLENDER 4.X - Initiation	CAO 2D 3D / BLENDER	6	12 mois	visio possible
TINKERCAD - apprentissage et création d'objets avec impression 3D	CAO 2D 3D / AutoDesk TINKERCAD	8	12 mois	visio possible
TWINMOTION 2023 - Moteur de rendu 3D - Initiation	CAO 2D 3D / TWINMOTION	5	12 mois	visio possible

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE (IA)

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures	Durée d'utilisation de la formation	Visio formateur en 1 clic
Créer des photos et vidéos en IA avec Midjourney PRO	Intelligence artificielle (IA) / Midjourney	8	12 mois	visio possible
OptimIA - Intelligence Artificielle pour Entreprises (ChatGPT, Bard et autres)	Intelligence artificielle (IA)	4,5	12 mois	visio possible
Apprendre à utiliser CHAT GPT (modes Gratuit et Plus)	Intelligence artificielle (IA) / CHAT GPT	7	12 mois	visio possible
Les fondamentaux de l'IA et du big data (Soft Skills)	Intelligence artificielle (IA)	0,5	12 mois	visio possible

MANAGEMENT - COMMUNICATION

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Manager les équipes avec agilité (BI'COM)	Management	18
Management d'équipe	Management	15
Management et politique publique	Management	21
Management des équipes dans un contexte de changement	Management	13
Les fondamentaux du Management	Management	10
Manager une équipe interculturelle (Soft Skills)	Management	0,5
Devenez manager coach (Soft Skills)	Management	1,5
Management hybride (Soft Skills)	Management	0,5
Visio Boulot Dodo, management à distance (Soft Skills)	Management	1,5
Manager une équipe intergénérationnelle (Soft Skills)	Management	0,5
Prise de poste manager (Soft Skills)	Management	1
Réussir ses entretiens annuels (Soft Skills)	Management	0,5
Développer son leadership (Soft Skills)	Management	0,5
Le leadership empathique (Soft Skills)	Management	0,5
Gestion des conflits (Soft Skills)	Management	0,5
Favoriser la prise d'initiative dans mon équipe (Soft Skills)	Management	0,5
Mieux déléguer et responsabiliser ses collaborateurs (Soft Skills)	Management	0,5
Tout savoir sur le feedback (Soft Skills)	Management	0,5
Animer une réunion (Soft Skills)	Management	0,5
L'art de la facilitation d'ateliers d'intelligence collective (Soft Skills)	Management	0,5
Diversité et inclusion (Soft Skills)	Management	0,5
Microsoft PROJECT 2021 pour la Gestion de projet (ENI)	Management / Microsoft Project	3
Gestion de projet	Management / Gestion de projet	9
Les fondamentaux de la gestion de projet (Soft Skills)	Management/Gestion de projet	0,5
Gestion du temps (Soft Skills)	Management / Gestion de projet	1,5
Résoudre des problèmes complexes (Soft Skills)	Management/Gestion de projet	1,5
Piloter la performance de son équipe (Soft Skills)	Management / Gestion de projet	0,5
Mener un projet RH en Design Thinking (Soft Skills)	Management / Gestion de projet	1,5
Manager dans l'incertitude (Soft Skills)	Management / Conduite de changement	1,5
Gestion des conflits	Communication	9
Communication de crise	Communication	9
Prise de parole en public	Communication	2
Parler en public (Soft Skills)	Communication	0,5
Communication non violente (CNV) (Soft Skills)	Communication	0,5
Mieux communiquer grâce à l'écoute active (Soft Skills)	Communication	0,5

RESSOURCES HUMAINES (RH) - PROJETS PROFESSIONNELS - JURIDIQUE

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Document Unique obligatoire en entreprise	Ressources Humaines (RH) / DUERP	4
Créer son storytelling RH et le déployer (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	1,5
Les bases de la négociation pour les RH (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	0,5
Sourcing hacks (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	1,5
Le recrutement pour les managers (scorecard) (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	0,5
Recruter sans discriminer (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	0,5
RH partenaire des managers (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	0,5
Créer et accompagner un réseau de formateurs internes (Soft Skills)	Ressources humaines (RH)	0,5
RGPD : ce que vous avez besoin de savoir (Soft Skills)	Juridique / R.G.P.D	0,5
Evaluations pour Bilan de compétences (+visio ou présentiel obligatoire pour un bilan de compétences)	Projets professionnels / Bilan de compétences	3
Techniques de Recherche d'emploi efficaces	Projets professionnels / Recherche d'emplois	3
Assertivité et affirmation de soi (Soft Skills)	Développement personnel	0,5
Résilience (Soft Skills)	Développement personnel	0,5
Développer son intelligence émotionnelle (Soft Skills)	Développement personnel / Préparation mentale	0,5

COMMERCIAL & VENTES - CRÉATION D'ENTREPRISE (et reprise)

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Conseil de vente en magasin et à distance	Commercial & Ventes	17
Techniques de ventes omnicanal	Commercial & Ventes	22
Création d'une entreprise de A à Z	Création / Reprise d'entreprise	23
Création d'une entreprise 14h	Création / Reprise d'entreprise	14
Introduction à la création d'entreprise	Création / Reprise d'entreprise	9



ESTHÉTIQUE - SANTÉ

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Techniques esthétiques du visage, des mains et des pieds (Maquillage et soins)	Esthétique / Maquillage	5
Devenez prothésiste onguilaire	Esthétique / Onglerie	14
Conseiller en nutrition	Santé / Nutrition	12
Initiation à l'Anatomie humaine - Le Squelette	Santé / Anatomie	3
Initiation à l'Anatomie humaine - Les muscles	Santé / Anatomie	9

PRÉVENTION (Bien être au travail, Transition énergétique)

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Gestion du stress	Prévention / Gestion du stress	10
Sophrologie	Prévention / Gestion du stress	8
Gestes et postures au travail	Prévention / Bien être au travail	13
Qualité de vie au travail	Prévention / Bien être au travail	21
Travailler efficacement en mode hybride (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	1,5
L'éthique dans le milieu professionnel (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Prévention des agissements sexistes et du harcèlement sexuel (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Prévenir et agir contre le harcèlement moral (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Sensibilisation au handicap (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Mieux gérer son stress (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Le respect au travail (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Prévenir le burnout (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Le droit à la déconnexion (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Prévenir et agir contre les risques psycho-sociaux (RPS) (Soft Skills)	Prévention / Bien être au travail	0,5
Comprendre le changement climatique (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5
Découvrir l'économie circulaire (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5
Combattre l'éco-anxiété (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5
Réduire son utilisation de plastique (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5
Réduire son empreinte carbone (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5
Réduire sa consommation d'électricité (Soft Skills)	Prévention / Transition énergétique	0,5

RÉGLEMENTAIRES - HABILITATIONS

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
Hygiène Alimentaire HACCP (Réglementaire)	Réglementaire / Hygiène Alimentaire (HACCP)	14
Pratiques addictives en milieu professionnel (Réglementaire)	Réglementaire / Bien être au travail	0,5
Prévention des Risques routiers et éco-conduite (Réglementaire)	Réglementaire / Risque Routier	2,5
Le citoyen sauveteur : les gestes qui sauvent (Réglementaire)	Réglementaire / Secourisme	0,5
Le Risque Incendie (et Évacuation) (Réglementaire)	Réglementaire / Risque Incendie	1,5
Eco-gestes et éco-responsabilité en entreprise (Réglementaire)	Réglementaire / Transition énergétique	0,5
La conduite économique d'un véhicule léger (Réglementaire)	Réglementaire / Transition énergétique	0,5
L'utilisation d'un véhicule électrique et son écosystème (Réglementaire)	Réglementaire / Transition énergétique	1,5
Préparation au CACES R485 : Conduite en sécurité d'un chariot de manutention automoteur gerbeur	Habilitations / Engins de levage	1,5
Habilitations électriques : voir mon autre organisme de formation BATIPRO		

LANGUES ÉTRANGÈRES

FORMATIONS INNOV & CONSEIL	Thématiques	Durée moyenne en heures
LANGUE DES SIGNES Française LSF (Niveau A1)	Langues étrangères / Langue des signes française (LSF)	19
ANGLAIS langue étrangère tous niveaux (A1-C2) (Altissia)	Langues étrangères / Anglais	200
ANGLAIS Tous niveaux avec accès classe virtuelle illimitée (Telelangue)	Langues étrangères / Anglais	105
ANGLAIS Tous niveaux en E-learning (Telelangue)	Langues étrangères / Anglais	105
FRANCAIS Grand débutant (A-) (Altissia)	Langues étrangères / Français (FLE)	200
FRANCAIS Tous niveaux avec accès classe virtuelle illimitée (Telelangue)	Langues étrangères / Français (FLE)	105
FRANCAIS tous niveaux en E-learning (Telelangue)	Langues étrangères / Français (FLE)	105
ALLEMAND langue étrangère tous niveaux (A1-C1) (Altissia)	Langues étrangères / Allemand	105
ALLEMAND Tous niveaux avec accès classe virtuelle illimitée (Telelangue)	Langues étrangères / Allemand	200
ALLEMAND Tous niveaux en E-learning (Telelangue)	Langues étrangères / Allemand	105
ESPAGNOL langue étrangère tous niveaux (A1-C2) (Altissia)	Langues étrangères / Espagnol	200
ESPAGNOL Tous niveaux avec accès classe virtuelle illimitée (Telelangue)	Langues étrangères / Espagnol	105
ESPAGNOL Tous niveaux en E-learning (Telelangue)	Langues étrangères / Espagnol	105
ITALIEN langue étrangère tous niveaux (A1-C1) (Altissia)	Langues étrangères / Italien	200
PORTUGAIS langue étrangère tous niveaux (A1-C2) (Altissia)	Langues étrangères / Portugais	150
NEERLANDAIS langue étrangère tous niveaux (A1-C1) (Altissia)	Langues étrangères / Néerlandais	200
CROATE langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Croate	100
CANADIEN (Français) langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Canadien (français)	100
DANOIS langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Danois	100
SUÉDOIS langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Suédois	100
FINLANDAIS langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Finlandais	100
HONGROIS langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Hongrois	100
POLONAIS langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Polonais	100
TURC langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Turc	100
GREC langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Grec	100
ROUMAIN langue étrangère Débutant Intermédiaire (Altissia)	Langues étrangères / Roumain	100
ARABE langue étrangère tous niveaux		
JAPONAIS langue étrangère tous niveaux		
RUSSE langue étrangère tous niveaux		
CHINOIS langue étrangère tous niveaux		
COREEN langue étrangère tous niveaux		