



# DEVENEZ JOB TIMAL GRÂCE À NOS FORMATIONS

CEFORA >>>

Dans ce catalogue, vous trouverez toutes les formations Cefora depuis septembre 2023, divisées en 9 thèmes. Ainsi, vous trouverez rapidement et facilement la formation qui vous convient. Notre offre est en constante évolution et régulièrement mise à jour.

Rendez-vous sur [cefora.be](https://cefora.be) pour consulter notre offre de formations la plus à jour, y compris les partenaires de formation avec lesquels nous collaborons pour les formations sectorielles.

Bonne lecture !

L'apprentissage n'a de sens que s'il vous aide à progresser. C'est pourquoi l'impact – sur votre travail et votre carrière – est toujours au cœur de votre expérience d'apprentissage pendant les formations Cefora.

## Formations en offre ouverte

Cefora vous propose une large gamme de formations mises en place par notre équipe d'experts, réparties dans différents thèmes. Cela vous permet de trouver plus facilement la formation qui vous convient. Consultez toutes les formations de l'offre ouverte dans ce pdf.

»» Comptabilité et finance	4	»» Suite Office et compétences numériques	8
»» Innovation et durabilité	4	»» Développement professionnel	11
»» RH, change et people management	5	»» Langues	13
»» Informatique	6	»» Bien-être et prévention	14
»» Marketing et ventes	7		

## Formations dans votre secteur

Pour les formations spécifiques aux secteurs, nous collaborons avec des partenaires soigneusement sélectionnés. Ces formations sont souvent accessibles sans frais ou à un tarif avantageux pour les employés relevant de la commission paritaire 200. Cliquez sur un secteur et choisissez un partenaire où vous pouvez suivre une formation sans frais ou à tarif avantageux.

»» Alimentation	»» Electrotechnique	»» Nettoyage
»» Auto-écoles	»» Informatique	»» Titres-services
»» Automobile	»» Intérim	»» Tourisme
»» Bureaux d'études et de construction	»» Logistique et transport	

Votre secteur ne figure pas dans la liste ?  
[Contactez-nous pour mieux vous conseiller.](#)

# Comment consulter cet aperçu de formation ?

Quelques conseils pour consulter cet aperçu de formation :

## »» Thème



page web > -----

**CLIQUEZ** sur le titre du thème ou sur la flèche pour la version en ligne

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
Communication professionnelle	DL2061EOC	Presentation skills: presenting with impact		ENG
Téchniques de présentation	<u>CL2238FCL</u>	Comment présenter de façon impactante ?		

Référence de la formation

**ASTUCE !** Copiez et collez ce code de formation dans le moteur de recherche sur [cefora.be](https://cefora.be).

 **En ligne** via la plateforme d'apprentissage Karibu  
 **Offre en présentiel**, différents lieux possibles

Lorsque la formation est également disponible en anglais, cela est indiqué ici.

Vous pouvez également rechercher par mot-clé, thème ou secteur

Quelle formation cherchez-vous ?

Mot-clé, thème, secteur ou code

Je cherche pour... \* ?

Choisissez

**Saviez-vous que...** toutes les formations se composent de trois étapes ?

Étape 1 : la préparation (en ligne sur Karibu)

Étape 2 : la formation (en ligne ou en présentiel)

Étape 3 : la mise en pratique des connaissances acquises (en ligne sur Karibu).

## Formation en entreprise (incompany)

Saviez-vous que la quasi-totalité des formations est disponible en incompany à partir de 6 participants minimum (4 participants pour les formations de langues).

Cliquez ici pour les [informations pratiques](#).

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
	DL2158FOC	Comment évaluer la santé financière de vos clients et partenaires ?		
	DL2231FOC	Comment analyser et évaluer la structure financière d'une PME ?		
	DL2232FOC	Comment réaliser et maîtriser votre budget face aux aléas ?		
	DL2234FOC	Comment vous préparer à travailler efficacement avec un comptable ?		
	DL2263FOC	Comment trouver facilement votre chemin dans le système TVA ?		

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Durabilité</b>				
Durabilité	DL2115FOC	Entrepreneuriat durable : préparez votre entreprise pour l'avenir		
Durabilité	<b>DL2344FOC</b> NOUVEAU	Réduisez votre empreinte carbone numérique		
Durabilité	<b>DL2349FOC</b> NOUVEAU	Changement climatique : transformez les défis en opportunités		
Durabilité	<b>DL2350FOC</b> NOUVEAU	Réduire vos émissions de CO <sub>2</sub> : les premiers pas en tant qu'entreprise dans le calcul de votre CO <sub>2</sub>		
Durabilité	<b>CL2347FCL</b> NOUVEAU	Achats durables : réduisez vos coûts et votre impact sur l'environnement		
Durabilité	<b>CL2348FCL</b> NOUVEAU	Comment créer des rapports de durabilité et les intégrer dans votre communication		
Durabilité	<b>CL2348FCL</b> NOUVEAU	Comment mesurer la durabilité ? Un guide pour optimiser les rapports sur le développement durable		
<b>Innovation</b>				
Innovation	DL2082EOC	Problem solving: 3 steps towards creative solutions		ENG
Innovation	DL2142EOC	Boost work efficiency thanks to productive habits		ENG
Innovation	CL2258ECL	Design thinking: dive deeper into customer demand and enhance your ideas		ENG
Innovation	CL2258FCL	Design thinking : mieux comprendre la demande du client et améliorer vos idées		
Innovation	CL2259ECL	Design thinking: the method to test, adapt and market ideas		ENG
Innovation	CL2259FCL	Design thinking : la méthode pour tester, adapter et commercialiser des idées		
Innovation	CL2277FCL	Des techniques de brainstorming originales pour des solutions créatives		

Leadership  
Winter  
Academy



Grimpez à bord  
et mettez le cap sur  
un meilleur leadership !

Une expérience vivement recommandée pour les managers novices.  
Naviguez avec nous dans le monde du leadership en suivant 5 formations en 5 jours.

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Ressources humaines</b>				
Administration ressources humaines	CL2335FCL	Une fiche de paie : de la théorie à la pratique		
Administration ressources humaines	DL2324FOC	Respecter les dispositions légales en cas d'engagement de personnel et les modalités de fin de contrat de travail		
Administration ressources humaines	DL2325FOC	Comment respecter les différentes formalités en cas de suspension temporaire du contrat		
Stratégie RH	DL2109FOC	Comment garantir à votre collaborateur une réintégration réussie ?		
Stratégie RH	CL2266FCL	Une expérience employé positive : quelles mesures concrètes prendre dans votre organisation ?		
Gestion des talents	CL2267FCL	Formations ponctuelles en entreprise : 5 étapes qui vous offriront des résultats		
Gestion des talents	<b>CL2356FCL</b> NOUVEAU	5 étapes pour renforcer l'apprentissage dans votre organisation		
Recrutement	DL2008FOC	Comment mener au mieux vos entretiens de sélection en ligne ?		
Recrutement	DL2299FOC	Le jobcrafting : un outil pour enrichir vos recrutements		
Recrutement	CL2210FCL	Découvrez les bases d'un entretien de sélection réussi		
Recrutement	CL2211FCL	Entretien de sélection : explorez les compétences d'un candidat grâce à la méthode STAR(R)		
<b>People management</b>				
Leadership: base	<b>WINTER</b>	CL2278FCL	Survival kit people management : piloter les résultats et la performance	
Leadership: base	<b>WINTER</b>	CL2279FCL	Survival kit people management : accompagner mes collaborateurs et mon équipe	
Leadership: base	<b>WINTER</b>	CL2280FCL	Survival kit people management : renforcer mon leadership personnel	
Leadership: base		DL2000FOC	Leadership situationnel : comment adapter mon style à mes collaborateurs ?	
Leadership: base		CL2192FCL	Comment bien gérer les conflits dans votre équipe ?	
Leadership: base		CL2193FCL	Comment déléguer correctement pour optimiser votre temps ?	
Leadership: base		CL2194FCL	Comment motiver et inspirer vos collaborateurs ?	
Leadership: base	<b>WINTER</b>	<b>CL2340FCL</b> NOUVEAU	Managers : réussir sa prise de fonction en 100 jours	

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>People management (suite)</b>				
Leadership: base	DL2341FOC <b>WINTER</b> <b>NOUVEAU</b>	Devenir le manager de ses collègues : comment adopter la juste posture ?		
Leadership: avancé	DL2116FOC	Managers : comment prévenir le stress et le burn-out chez vos collaborateurs ?		
Leadership: avancé	DL2127FOC	Comment impliquer mon équipe dans une prise de decision (participative) ?		
Leadership: avancé	DL2132FOC	Comment identifier et exploiter au mieux les talents de mes employés ?		
Leadership: avancé	CL2206FCL	Managers : boostez votre leadership grâce à l'intelligence émotionnelle		
Manager à distance	DL2002FOC	Gestion d'équipe hybride : optimiser la communication au sein de votre équipe à distance		
Manager à distance	DL2326FOC	Gestion d'équipe hybride : renforcer la cohésion d'équipe à distance		
Coaching	DL2001FOC	Stimulez la capacité d'adaptation de vos collaborateurs grâce au growthmindset		
Coaching	DL2009FOC	Adoptez une attitude coach dans vos entretiens grâce au modèle GROW		
Feedback en évaluation	CL2241FCL	Comment communiquer un message difficile à l'un de vos collaborateurs ?		
Feedback en évaluation	DL2244FOC	Managers : comment bien formuler votre feedback ?		
Feedback en évaluation	DL2281FOC	Comment mener un entretien qualitatif de développement avec mon collaborateur ?		
<b>Conduite du changement</b>				
Conduite du changement	DL2050FOC	La communication en période de changement : comment instaurer le changement ?		
Conduite du changement	DL2092FOC	La communication en période de changement : comment gérer la résistance ?		
Conduite du changement	DL2128FOC	La communication en période de changement : comment mettre en place une stratégie pour réussir ?		

## » Informatique
















page web

### Profitez des formations chez nos partenaires

En tant qu'employé de la CP 200, vous avez accès sans frais aux formations francophones de différents partenaires. L'offre en néerlandais est également accessible sans frais et consultable sur [cevora.be](https://www.cevora.be). Plus d'infos sur <https://www.cevora.be/fr/formations/thematiques-employes/it>

 <b>Digitalcity</b> .brussels	 <b>technobel</b>	 <b>technofutur TIC</b> <small>centre de compétence</small>	 <b>technocité</b>	 <b>TECHNIFUTUR</b> <small>CENTRE DE COMPÉTENCES</small>
Auderghem	Ciney et Louvain-La-Neuve	Gosselies, Charleroi et Mont-Saint-Guibert	Hornu, Mons, Tournai et Charleroi	Liège et Francorchamps








(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Marketing et communication</b>				
Content marketing et copywriting	DL2049FOC	Ecrire pour convaincre : 5 astuces qui marchent à tous les coups		
Content marketing et copywriting	DL2099FOC	Content management : comment créer du contenu pertinent ?		
Content marketing et copywriting	DL2213FOC	Ecrivez pour le web et les médias sociaux		
Content marketing et copywriting	DL2269FOC	Comment créer du contenu vidéo et exploiter son potentiel marketing ?		
Stratégie marketing	DL2093FOC	Marketing digital : comment choisir les meilleurs canaux pour votre business ?		
Stratégie marketing	DL2271FOC	Email marketing : comment optimiser vos campagnes ?		
Stratégie marketing	DL2301FOC	Intelligence artificielle : découvrez son potentiel pour votre marketing		
Web analytics	DL2095FOC	SEO (base) : augmentez votre visibilité sur Google		
Web analytics	DL2330FOC	Google Analytics 4 base : analysez les données des visiteurs de votre site		
Web analytics	DL2160FOC	Google Analytics (avancé) : mesurez votre performance avec Google Tag Manager et Data Studio		
Web analytics	DL2302FOC	Comment augmenter les conversions sur votre site web ?		
Graphisme	DL2243FOC	Comment créer des visuels engageants sans être graphiste ?		
Graphisme	CL2328FCL	Vidéo marketing : comment réussir ses vidéos avec un smartphone		
Social media marketing	DL2096FOC	Google Ads (base) : comment lancer et gérer vos campagnes de publicité ?		
Social media marketing	DL2097FOC	Créez et gérez vos campagnes marketing sur Facebook et Instagram		
























(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Ventes</b>				
Prospection commerciale	DL2107FOC	Comment transformer vos leads en clients et ambassadeurs ?		
Prospection commerciale	DL2242FOC	Comment créer une expérience commerciale par téléphone		
Prospection commerciale	DL2303FOC	Apprenez à connaître LinkedIn : les bases de votre carte de visite numérique et les opportunités de réseautage		
Prospection commerciale	DL2304FOC	Faites de LinkedIn votre meilleur vendeur : les astuces pour tirer le meilleur de LinkedIn (cours avancé)		
Prospection commerciale	CL2176FCL	Quelles sont les bonnes pratiques pour votre prospection par téléphone ?		
Prospection commerciale	CL2332FCL	LinkedIn : comment améliorer la visibilité et le réseau de mon entreprise ?		
Services à la clientèle	CL2170FCL	Améliorez votre impact en renforçant votre attitude orientée clients		
Services à la clientèle	CL2179FCL	Gérez de manière professionnelle les clients insatisfaits		
Techniques de vente	DL2105FOC	Comment mener vos rendez-vous commerciaux en vidéoconférence ?		
Techniques de vente	CL2172FCL	Augmentez vos ventes par la puissance du questionnement		
Techniques de vente	CL2173FCL	Pitch de vente : comment augmenter votre impact lors d'un premier entretien ?		
Techniques de vente	CL2177FCL	Découvrez les tactiques vous permettant de négocier et conclure avec succès		
Techniques de vente	CL2178FCL	Comment améliorer votre efficacité commerciale ?		


## » Suite Office et compétences numériques



page web 

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Excel</b>				
Base	DL2011FOC	Excel : comprendre les bases, de la feuille de calcul au classeur		
Base	DL2012FOC	Excel : manipulez facilement les formules de base		
Base	DL2013FOC	Excel : appliquez la mise en forme conditionnelle à vos données		
Base	DL2014FOC	Excel : transformez vos listes de données en tableaux exploitables		
Base	DL2022FOC	Excel : comment rendre vos graphiques plus clairs et plus visuels ?		



(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Excel (suite)</b>				
Base	CL2180FCL	Excel : comprenez les bases et les formules simples		
Base	CL2182FCL	Excel : transformez vos listes de données en tableaux exploitables		
Base	CL2183FCL	Excel : sentez-vous à l'aise avec les formules et fonctions les plus utiles		
Avancé	DL2015FOC	Excel : découvrez comment exploiter pleinement vos tableaux		
Avancé	DL2016FOC	Excel : créez un tableau croisé dynamique pour analyser vos données		
Avancé	DL2017FOC	Excel : exploitez tout le potentiel de vos tableaux croisés dynamiques		
Avancé	DL2018FOC	Excel : découvrez les formules et fonctions utiles dans votre travail		
Avancé	DL2019FOC	Excel : exploitez les formules ou fonctions complexes et imbriquées		
Avancé	DL2310FOC	Excel : les nouvelles fonctions		
Avancé	CL2181FCL	Excel : découvrez et exploitez les tableaux croisés dynamiques		
Avancé	CL2184FCL	Excel : maîtrisez les fonctions et simulations complexes		
Expert	DL2020FOC	Excel : réalisez des simulations avec des formules et fonctions		
Expert	DL2021FOC	Excel : la puissance des fonctionnalités spéciales et complexes		
Expert	DL2024FOC	Excel : utilisez les macros pour automatiser vos différentes actions		
Expert	DL2306FOC	Excel : Power Query techniques de base		
Expert	DL2307FOC	Excel : Power Query techniques avancées		
Expert	DL2308FOC	Excel : Power Pivot techniques de base		
Expert	DL2309FOC	Excel : Power Pivot techniques avancées		
Programmation (VBA)	<b>CL2361FCL</b> <b>NOUVEAU</b>	VBA sous excel		
<b>Business intelligence</b>				
Power BI	DL2250FOC	Power BI : aperçu des possibilités		
Power BI	DL2251FOC	Power BI : structure et fonctionnalités de base de Power Query		
Power BI	DL2252FOC	Power BI : le modèle de données		
Power BI	DL2253FOC	Power BI : les fonctions DAX de base pour améliorer vos visualisations		






(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Business intelligence (suite)</b>				
Power BI	DL2254FOC	Power BI : les techniques de visualisation		
Power BI	DL2255FOC	Power BI : les techniques avancées de Power Query		
Power BI	DL2256FOC	Power BI : "Contexte de ligne et de filtre" et Time Intelligence		
Power BI	DL2257FOC	Power BI : les fonctionnalités de base de Power BI Service		
Power BI	CL2247FCL	Power BI : aperçu et création d'un premier rapport		
Power BI	CL2248FCL	Power BI : modèles de données, DAX et techniques de visualisation		
Power BI	CL2249FCL	Power BI : techniques avancées de PowerQuery et DAX		
<b>Collaboration en ligne</b>				
Collaboration en ligne	DL2006FOC	Microsoft 365 : travaillez et collaborez facilement via Teams		
Collaboration en ligne	DL2007FOC	Microsoft 365 : sauvegardez et partagez vos notes avec OneNote		
Collaboration en ligne	DL2025FOC	Microsoft 365 : comment l'utiliser et quels sont ses avantages ?		
Collaboration en ligne	DL2026FOC	Microsoft 365 : stockez et partagez facilement vos fichiers via OneDrive		
Collaboration en ligne	DL2311FOC	Microsoft 365 : démarrer avec sharepoint		
Collaboration en ligne	DL2312FOC	Microsoft 365 : approfondir sharepoint		
Collaboration en ligne	CL2185FCL	Microsoft 365 : découvrez ses applications de base et la collaboration avec Teams		
<b>E-mail et gestion calendriers</b>				
Outlook	DL2145FOC	Outlook : les fonctionnalités de base (mails, agenda, tâches...)		
Outlook	DL2146FOC	Outlook : ses fonctionnalités avancées pour gagner en efficacité		
<b>Présentations et schémas</b>				
PowerPoint	DL2147FOC	PowerPoint : les fondamentaux pour des présentations professionnelles		
PowerPoint	DL2148FOC	PowerPoint : animez vos slides et ajoutez des graphiques ou objets 3D		
PowerPoint	CL2202FCL	PowerPoint : les fondamentaux pour des présentations professionnelles		
PowerPoint	CL2203FCL	PowerPoint : passez aux fonctionnalités avancées grâce aux objets 3D et éléments audiovisuels		

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Word : traitement de texte</b>				
Word	DL2338FOC	Word : base		
Word	DL2339FOC	Word : conseils et astuces avancées		

## » Développement professionnel [page web](#)

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Communication professionnelle</b>				
Téchniques de présentation	DL2063FOC	Compétences de présentation : comment utiliser des visuels qui parlent ?		
Téchniques de présentation	DL2065FOC	Comment faire des présentations en ligne qui percutent ?		
Téchniques de présentation	CL2219FCL	Développez votre capacité de persuasion grâce à une meilleure argumentation		
Téchniques de présentation	CL2238ECL	Presenting with impact		ENG
Téchniques de présentation	CL2238FCL	Comment présenter de façon impactante ?		
Téchniques de présentation	CL2334FCL	Convainquez plus facilement grâce à la psychologie de la persuasion		
Téchniques de présentation	CL2334FCL	Convainquez plus facilement grâce à la psychologie de la persuasion		
Communication et collaboration	DL2074FOC	Développez votre assertivité au travail		
Communication et collaboration	DL2070FOC	Favorisez vos interactions professionnelles en développant votre intelligence émotionnelle		
Communication et collaboration	DL2134FOC	Comment communiquer efficacement en équipe ?		
Communication et collaboration	CL2188FCL	Se connaître et comprendre l'autre : découvrez comment mieux communiquer		
Communication et collaboration	CL2190ECL	Strengthen your communication skills with the Insights Discovery model		ENG
Communication et collaboration	CL2190FCL	Renforcez vos compétences de communication à l'aide du modèle Insights Discovery		
Communication et collaboration	CL2216FCL	Donner du feedback à ses collègues : quand, pourquoi et comment ?		
Communication et collaboration	CL2217FCL	Communiquez efficacement en exploitant la sphère du non-verbal		
Communication et collaboration	CL2226FCL	Développez votre intelligence relationnelle grâce à la communication Non Violente		
Communication et collaboration	CL2329FCL	Renforcez votre cohésion d'équipe grâce au modèle Insights Discovery		

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Travail efficace et gestion du temps</b>				
Travail efficace et gestion du temps	DL2052EOC	Using time management as self-management: the essence of planning and organising		ENG
Travail efficace et gestion du temps	DL2052FOC	Une meilleure autogestion grâce aux bases de la gestion du temps : la planification et l'organisation		
Travail efficace et gestion du temps	<b>DL2072FOC</b> <b>RENOUVELÉ</b>	Travailler de manière plus concentrée grâce au focus		
Travail efficace et gestion du temps	DL2111FOC	Augmentez votre efficacité en télétravail grâce à de précieux conseils et astuces		
Travail efficace et gestion du temps	DL2284FOC	Mind mapping : gérez efficacement vos tâches		
Travail efficace et gestion du temps	DL2285FOC	Moins de notifications et plus d'efficacité dans Teams et Outlook grâce à la charte de votre équipe		
Travail efficace et gestion du temps	CL2221ECL	Planning and organising in order to improve your time management		ENG
Travail efficace et gestion du temps	CL2221FCL	Planifier et s'organiser pour améliorer la gestion du temps		
<b>Gestion de projet</b>				
Gestion de projet	DL2040FOC	10 conseils efficaces pour présenter votre projet ou votre idée avec impact		
Gestion de projet	DL2139FOC	Gestion et travail par projet : découvrez comment bien commencer		
Gestion de projet	DL2143FOC	Scrum : Comment commencer ?		
Gestion de projet	DL2152FOC	Gestion de projet : décomposez vos projets en phases grâce à la méthode « en cascade »		
Gestion de projet	DL2287FOC	Comment réussir l'ancrage d'un projet ensemble avec mes parties prenantes ?		
Gestion de projet	CL2138FCL	Gestion de projet : réussissez le déploiement de vos projets étape par étape		
Gestion de projet	CL2144FCL	Scrum : comment ça marche dans la pratique ?		
Gestion de projet	CL2200FCL	Gestion de projet : la communication pour un travail d'équipe efficace		
Gestion de projet	CL2207FCL	MS Project : découvrez les clés pour bien gérer vos projets		
Gestion de projet	CL2295FCL	Implémenter votre projet avec succès en développant vos compétences de leader		
Gestion de projet	<b>CL2322FCL</b> <b>NOUVEAU</b>	Une plus grande efficacité et des employés plus satisfaits avec LEAN		
Gestion de projet	<b>DL2345FOC</b> <b>NOUVEAU</b>	Découvrez la clé du succès agile : choix, rôles et méthodes		
Gestion de projet	<b>CL2357FCL</b> <b>NOUVEAU</b>	Optimisez votre flux de travail avec la méthode Kanban et atteignez vos objectifs plus rapidement !		
Gestion de projet	<b>CL2358FCL</b> <b>NOUVEAU</b>	Gestion des parties prenantes dans un projet : les clés d'une collaboration efficace avec les partenaires		
Gestion de projet	<b>CL2360FCL</b> <b>NOUVEAU</b>	Comment une gestion efficace des risques mène à la réussite du projet		

(SOUS-)THÈMES	CODE	Titre de formation	FORME	LANGUE
<b>Réunions efficaces</b>				
Réunions efficaces	DL2112FOC	Augmentez l'interactivité durant vos réunions en ligne		
Réunions efficaces	DL2283FOC	Gagnez en efficacité dans vos réunions présentielles ou digitales		
Réunions efficaces	CL2297FCL	Stimulez la créativité et l'implication collective lors des réunions grâce aux jeux cadres Thiagi		
Réunions efficaces	CL2336FCL	Sketchnoting : le pouvoir du dessin et de la visualisation		
Réunions efficaces	CL2337FCL	Intelligence collective : apprendre à décider en équipe grâce à différentes techniques		

## » Langues [page web](#)

### » Parlez couramment | néerlandais, français, anglais | 25 heures | en ligne et présentiel | à partir d'un niveau de base

En 25 heures, vous améliorez durablement la langue de votre choix. Grâce aux séances individuelles avec votre formateur, en groupe et en ligne, vous boostez vos compétences linguistiques de manière approfondie et rapide. Conçu pour les niveaux de base et intermédiaires (entre A1+ et B2-).











### » Apprenez rapidement | néerlandais, français, anglais | 9 heures | 100% en ligne | à partir du niveau intermédiaire

Vous avez déjà un niveau intermédiaire (entre B1 et B2) mais vous souhaitez parler plus aisément ? Apprenez à vous exprimer avec aisance pour les réunions, présentations ou discussions informelles en seulement neuf heures grâce à nos ateliers en ligne. À partir du niveau intermédiaire, vous bénéficierez d'un test de langue lors d'un entretien d'admission immédiatement après votre inscription.

### » Test de niveau\* | niveaux de langue selon le CECR\*\* | pas de prérequis pour les formations en langues

\* Pas disponible en Incompany \*\* Cadre européen commun de référence pour les langues

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
Français/Test de niveau*	DL2087FEL	Français : découvrez votre niveau grâce à notre test en ligne		
Néerlandais/Test de niveau*	DL2088FEL	Néerlandais : découvrez votre niveau grâce à notre test en ligne		
Anglais/Test de niveau*	DL2089FEL	Anglais : découvrez votre niveau grâce à notre test en ligne		

(SOUS-)THÈMES	CODE	TITRE DE FORMATION	FORME	LANGUE
<b>Prévention</b>				
Gestion du stress et prévention du burn-out	DL2119FOC	Comment vous protéger du stress lié au travail ?		
Gestion du stress et prévention du burn-out	DL2121FOC	Comment prévenir l'épuisement professionnel et en reconnaître les signes ?		
Gestion du stress et prévention du burn-out	CL2189FCL	Comprenez et gérez votre stress ainsi que vos émotions négatives		
Gestion du stress et prévention du burn-out	CL2227FCL	Développez votre capacité à gérer le stress au travail		
Gestion du stress et prévention du burn-out	CL2229FCL	Dé-stressez en pensant différemment grâce à la méthode PCER		
Résilience	DL2120FOC	Comment fixer mes limites et quand dire "non" ?		
Résilience	DL2130FOC	Comment développer votre état d'esprit durant les périodes d'incertitudes ?		
Résilience	DL2272FOC	La confiance en soi, ça s'apprend		
Résilience	CL2296FCL	Renforcez-vous face à l'agressivité dans vos relations professionnelles		
Ergonomie au travail	CL2236FWS	Utilisez votre corps de manière ergonomique dans les lieux de travail (workshop)		
Ergonomie au travail	<b>CL2237FWS</b> <b>NOUVEAU</b>	PC et ergonomie : évitez les douleurs corporelles (workshop)		
<b>Bien-être</b>				
Vitalité et techniques de relaxation	DL2058FOC	Développez votre bien-être au travail grâce à la pleine conscience		
Vitalité et techniques de relaxation	CL2225FCL	Comment équilibrer votre énergie et votre vitalité au travail ?		



## Comment est-ce que Cefora fonctionne ?

Techniquement parlant, les formations Cefora sont prépayées.

Nous le devons aux plus de 58 000 entreprises et 500 000 employé-es qui font partie de la Commission Paritaire 200. Avec l'ensemble des partenaires sociaux, ils financent nos formations avec une partie de leur contribution annuelle. Un système efficace basé sur la solidarité. L'avantage de cet effort collectif ? Même la plus petite PME a accès aux formations et chaque entreprise peut en offrir à ses collaborateurs.

Votre entreprise relève-t-elle d'une autre commission paritaire ?

Dans certains cas, vous pouvez participer à nos formations. Pour savoir si vous y avez droit, [nous vous conseillons de nous contacter.](#)

## Nous sommes là pour vous

Souhaitez-vous savoir quels sont les services de Cefora qui sont pertinents pour votre entreprise ? Notre Customer Succes Manager discutera de vos besoins et de vos souhaits lors d'un entretien en ligne.

[Prenez rendez-vous dès maintenant !](#)

## Une question ?

Nous vous répondons chaque jour ouvrable de 8h à 17h  
au **02 889 42 00** ou via **[contact@cefora.be](mailto:contact@cefora.be)**



Suivez-nous sur :

