



● **Une prise de parole efficace par les techniques du théâtre** le **jeudi 25 janvier 2018** **9h00-17h30**

Objectifs de la formation

- Maîtriser par une plus grande implication corporelle, toute situation d'échange
- Affirmer sa présence
- Mieux s'adapter à l'imprévu
- Reconnaître, comprendre et maîtriser son registre émotionnel
- Donner du corps à sa parole
- Structurer et organiser ses idées.

Les intervenants : Marc DURANTEAU, metteur en scène et comédien, et Alban GALZIN, coach en communication.

Le déroulement : Formation pratique et ludique à partir d'exercices couramment proposés en théâtre.

Lieu : à Toulouse (à l'espace formation du CGA M-P au 13, avenue Jean Gonord – parking privé).

Participation financière : 40 euros TTC par personne la journée (repas compris).

● **Etre plus performant avec son ordinateur** le **lundi 29 janvier 2018** de **9h00 à 17h30**

Objectifs de la formation

Gagner en temps et en efficacité avec une meilleure maîtrise de votre ordinateur :

- Renforcer sa maîtrise de Windows :
 - Manipuler les fenêtres et les différents écrans avec assurance et rapidité
 - Gagner en rapidité avec les « raccourcis » clavier
 - Savoir mettre en place un classement efficace de ses fichiers.
- Etre plus performant dans l'utilisation de Word :
 - Adapter l'apparence de Word à ses besoins
 - Modifier sa pratique pour être plus rapide
 - Savoir repérer de nouveaux outils dans Word.
- Savoir exploiter les ressources de l'internet :
 - Rechercher efficacement de l'information avec Google
 - Télécharger des documents et des fichiers en toute sécurité
 - Stocker et partager des documents dans le Cloud.

L'intervenant : Philippe JEAN, consultant informatique.

Le déroulement : Apport théorique, exercices pratiques et réponses aux questions des participants.

Lieu : à Toulouse (à l'espace formation du CGA M-P au 13, avenue Jean Gonord – parking privé).

Participation financière : 40 euros TTC par personne la journée (repas compris).

Coupon-réponse à nous retourner au : CGA M-P 13 avenue Jean Gonord BP 45070 31033 Toulouse cedex 5 - Service Formation Tél 05.62.16.73.54

Adhérent : M. Mme Mlle Adhésion n°

Adresse :  | | | | | | | |

..... E-mail :

Nom du(des) participant(s) :

Jeudi 25 janvier 2018 Une prise de parole efficace :
Ci-joint un chèque de 40 € par participant...

Lundi 29 janvier 2018 Etre plus performant avec son ordinateur :
Ci-joint un chèque de 40 € par participant.

CENTRE DE GESTION AGRÉÉ MIDI-PYRÉNÉES

13, avenue Jean Gonord - BP 45070 • 31033 Toulouse cedex 5 • Fax 05 62 16 73 53 • cgamp@cgamp.asso.fr • Tél. 05 62 16 73 50

www.cgamp.asso.fr

N° identification CGA 1 01 310 - SIRET 309 172 997 00046 Association déclarée loi du 1^{er} juillet 1901 • Haute-Garonne N°9048 - JO du 06.07.75 • Décision d'agrément du 28.09.76