

*ALPEN Formation
Site de Combloux*

FORMATIONS 2010-2011



Madame, Monsieur,

Nous avons le plaisir de vous présenter notre offre de formation pour cette nouvelle saison.

*Vous souhaitez plus de renseignements ? Vous souhaitez vous inscrire ?
Contactez-nous :*

combloux.formation@laposte.net

04.50.58.69.10

Sommaire

INFORMATIQUE

*DÉCOUVERTE, WORD, EXCEL,
INTERNET, OUTLOOK,
POWERPOINT....*

LANGUES

*ANGLAIS, ITALIEN,
ESPAGNOL.....
RECOMMENCER
SE PERFECTIONNER
COMMUNIQUER*

GASTRONOMIE

*ATELIERS GOURMANDS,
FOIE GRAS,
VINS, ...*

INFORMATIQUE

Découverte de l'Ordinateur / Initiation Informatique

Objectifs :

- Comprendre les grandes lignes du fonctionnement d'un ordinateur
- Utiliser les fonctions de base de Microsoft Windows XP
- Découvrir les fonctions de base des programmes les plus courants

Pré requis : *aucun (niveau débutant)*

Programme :

- Description et manipulation d'un ordinateur
- Système d'exploitation (environnement Windows)
- Manipulation des fichiers des principaux programmes (Word 2007, Navigateur Internet Explorer 8.....)
- Gestion des impressions

Durée : *6 heures réparties en 3 séances à Combloux*

Dates et Horaires : *Demandez la fiche d'inscription*

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe
- Cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : *Individuel 60 €/Entreprise 75 €*

INFORMATIQUE

<p style="text-align: center;">TRAITEMENT DE TEXTE <i>Microsoft WORD 2007 / Formation de base</i></p>
--

Objectifs :

-Etre capable de réaliser des documents écrits (mise en page, présentation, etc....)

Pré requis :

*-avoir suivi le module 'Découverte de l'ordinateur'
-ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows)*

Programme :

*- Les menus : l'environnement de Microsoft Word
- Création de document (création, mise en page...)
- Gestion des documents (enregistrer, imprimer...)
- Insertion de tableaux, d'images, de formes*

Durée : 8 heures réparties en 4 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

*- Travail en petit groupe, cours et exercices sur la version 2007
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet*

Prix de l'action de formation : Individuel 80 €/Entreprise 100 €

INFORMATIQUE

<p style="text-align: center;">TRAITEMENT DE TEXTE Microsoft WORD 2007 / Perfectionnement</p>

Objectifs :

- Utiliser des fonctionnalités élaborées de Word (tri, modification, commentaires, en-tête et pied de page...)
- Créer des mailings, sommaires, documents-type

Pré requis :

- avoir suivi le module 'Microsoft WORD / Base'
- ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows) et Microsoft WORD

Programme :

- Création de document-type (modèle)
- Enveloppe, étiquette, publipostage (mailing)
- Correction, suivi des modifications, commentaires
- Table des matières, En-tête et pied de page
- Collage spécial, tri d'un texte, emplacement par défaut, traduction, lien hypertexte

Durée : 8 heures réparties en 4 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices avec la version 2007
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : Individuel 80 €/Entreprise 100 €

INFORMATIQUE

TABLEUR Microsoft EXCEL 2007 / Formation de base

Objectifs :

-Etre capable d'utiliser les fonctionnalités de base de Microsoft Excel : gérer et concevoir des tableaux (création, mise en forme, calculs, tri, graphiques...)

Pré requis :

-avoir suivi le module 'Découverte de l'ordinateur/Initiation informatique'

-ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows)

Programme :

- Les menus : l'environnement de Microsoft Excel

- Gestion des feuilles de calculs (création, enregistrement, utilisation des cellules, impression...)

- Création de graphique, Tri des données

Durée : 8 heures réparties en 4 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours, exercices avec la version 2007

- Discussion, échange, dialogue

- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : Individuel 80 €/Entreprise 100 €

INFORMATIQUE

TABLEUR Microsoft EXCEL 2007 / Perfectionnement

Objectifs :

-Etre capable d'utiliser des fonctionnalités élaborées de Microsoft Excel : saisie, protection, calculs et fonctions, liaisons ...

Pré requis :

-avoir suivi le module 'Tableur, Microsoft Excel / Formation de Base'
-ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows) et Microsoft Excel

Programme :

- Personnalisation de Microsoft Excel
-Protection des feuilles, saisie automatique, recopie incrémentée / personnalisée, grille d'entrée de formulaires
-Fenêtre et fractionnement ; création de liaison
-Calcul, fonction et formule ; références absolues, relatives ou mixtes, filtres automatiques et élaborés

Durée : 8 heures réparties en 4 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

-Voir Tableur Excel / Formation de Base

Prix de l'action de formation : Individuel 80 €/Entreprise 100 €

INFORMATIQUE

Naviguer sur le WEB Utilisation d'INTERNET / Formation de base

Objectifs :

- Etre capable d'effectuer des recherches efficaces
- Etre capable d'utiliser les fonctionnalités de base du navigateur Internet
- Etre capable de créer, gérer et utiliser les e-mails

Pré requis :

- avoir suivi le module « découverte de l'Ordinateur / Initiation Informatique »
- ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et de Windows)

Programme :

- Utilisation du navigateur Microsoft Internet Explorer (favoris, page de démarrage....)
- Utilisation des moteurs de recherche sur Internet
- Création et gestion d'une adresse e-mail

Durée : 4 heures réparties en 2 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours, exercices avec la version Internet Explorer 8
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : Individuel 40 €/Entreprise 50 €

INFORMATIQUE

GESTION des COURRIERS ELECTRONIQUES Utilisation d'OUTLOOK 2007 / Formation de base

Objectifs :

- Etre capable de créer, gérer et utiliser des courriers électroniques (e-mails)
- Etre capable d'utiliser les principales fonctionnalités d'un gestionnaire de messagerie (Outlook Express)

Pré requis :

- avoir suivi le module 'Naviguer sur le Web'
- ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows) et navigation Internet

Programme :

- Utilisation de son adresse e-mail sur Internet
- Création d'un compte sur Outlook
- Envoi de messages simples ou avec pièces jointes
- Gérer son courrier, ses contacts

Durée : 4 heures réparties en 2 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours, exercices avec la version 2007
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : Individuel 40 €/Entreprise 50 €

INFORMATIQUE

<p><i>GESTION des TACHES ,AGENDA,CONTACTS Utilisation d'OUTLOOK 2007 / Perfectionnement</i></p>
--

Objectifs :

- *Etre capable d'utiliser les principales fonctionnalités d'Outlook pour organiser son travail et son temps :*
 - *gestion des courriers électroniques (e-mails)*
 - *gestion des contacts*
 - *gestion et partage des tâches*
 - *utilisation du calendrier*

Pré requis

- *avoir suivi le module « Utilisation d'Outlook »*
- *ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows) et navigation Internet*

Programme :

- *Fonctionnalité / Tâches / Liste de diffusion, publipostage à partir de contacts / Calendrier*

Durée : 4 heures, en 2 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- *Travail en petit groupe, cours, exercices*
- *Discussion, échange, dialogue*
- *Support : vidéo projecteur et Internet*

Prix de l'action de formation : Individuel 60 €/Entreprise 75 €

INFORMATIQUE

<p><i>Présentation Assistée par Ordinateur Microsoft POWERPOINT 2007 / Initiation</i></p>
--

Objectifs :

- Etre capable de réaliser des présentations assistées par ordinateur (diaporama)

Pré requis :

- avoir suivi le module « Découverte de l'ordinateur / Initiation Informatique »
- ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows)

Programme :

- Création d'un diaporama
- Mise en forme des diapositives
- Animation, présentation
- Insertion de texte, image, graphique, son
- Gestion et impression des fichiers

Durée : 8 heures réparties en 4 séances à Combloux

Dates et Horaires : **Demandez la fiche d'inscription**

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices avec la version 2007
- Discussion, échange, dialogue
- Support : vidéo projecteur et Internet

Prix de l'action de formation : **Individuel 80 €/Entreprise 100 €**

INFORMATIQUE

Traitement de la Photo Numérique

Objectifs :

- Etre capable d'acquérir des méthodes pour retoucher une photo numérique avec un outil libre (gratuit)

Pré requis :

- avoir suivi le module «Découverte de l'ordinateur / Initiation informatique »
- ou avoir des connaissances de base en informatique (utilisation d'un ordinateur et du système d'exploitation Windows)

Programme :

- Savoir télécharger le graticiel et ses accessoires
- Découvrir ses fonctionnalités
- Traiter une image

Durée : 4 heures réparties en 2 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue

Prix de l'action de formation : Individuel 60 €/Entreprise 75 €

LANGUES

Recommencer en ANGLAIS Niveau 01

Objectifs :

- Etre capable de comprendre un message oral ou écrit dans une situation courante
- Aborder différents aspects de la civilisation Anglo-saxonne

Pré requis :

- avoir des notions d'Anglais même lointaines (faux débutants)

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire
- Connaissance du langage usuel des situations quotidiennes
- Entraînement à la compréhension orale en petit groupe

Niveau Européen : A2

Durée : 12 heures réparties en 6 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

LANGUES

<i>Se perfectionner en ANGLAIS Niveau 02</i>

Objectifs :

- Etre capable de comprendre le sens général d'une conversation en anglais courant
- Etre capable de raconter, décrire, donner son avis

Pré requis :

- avoir suivi le module « Recommencer en Anglais »
- ou avoir un niveau d'Anglais équivalent à la fin de collège

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire
- Entraînement à la compréhension orale et à l'expression en petit groupe

Niveau Européen : A2 / B1

Durée : 14 heures réparties en 7 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 150 €/Entreprise 190 €

LANGUES

Communiquer en ANGLAIS dans la vie professionnelle Métiers de l'accueil et du tourisme

Objectifs :

- Etre capable de communiquer dans la vie quotidienne et dans des situations courantes de la vie professionnelle
- Etre capable d'utiliser un langage technique spécifique à son milieu professionnel

Pré requis :

- avoir suivi le module « Recommencer en Anglais »
- ou avoir des notions d'Anglais (faux débutants)

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire notamment du vocabulaire spécifique
- Entraînement à la compréhension orale

Niveau Européen : B1

Durée : 12 heures, en 6 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Mise en situation professionnelle
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

LANGUES

Recommencer en ITALIEN Niveau 1

Objectifs :

- Etre capable de comprendre un message oral simple
- Etre capable de comprendre un message écrit simple
- Aborder différents aspects de la culture italienne

Pré requis :

- avoir des notions d'Italien mêmes lointaines (faux débutants)

Programme :

- Connaissances de base (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire.....)
- Entraînement à la compréhension orale en petit groupe

Durée : 12 heures réparties en 6 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe
- Cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

LANGUES

Se perfectionner en ITALIEN Niveau 02

Objectifs :

- Etre capable de comprendre un message oral ou écrit dans une situation courante
- Aborder différents aspects de la culture italienne

Pré requis :

- avoir suivi le module « Recommencer en Italien »
- ou avoir un niveau d'Italien équivalent à la fin de collègue

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire....)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire
- Entraînement à la compréhension orale en petit groupe

Durée : 14 heures réparties en 7 Séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 150 €/Entreprise 190 €

LANGUES

Communiquer en ITALIEN dans la vie professionnelle Métiers de l'accueil et du tourisme

Objectifs :

- Etre capable de communiquer dans la vie quotidienne et dans les situations courantes de la vie professionnelle
- Etre capable d'utiliser un langage technique spécifique à son milieu professionnel

Pré requis :

- avoir suivi le module « Recommencer en italien »
- ou avoir des notions d'Italien (faux débutants)

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire notamment du vocabulaire spécifique
- Entraînement à la compréhension orale

Durée : 12 heures réparties en 6 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Mise en situation professionnelle (sketches)
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

LANGUES

Recommencer en ESPAGNOL Niveau 01

Objectifs :

- *Etre capable de comprendre un message oral simple*
- *Etre capable de comprendre un message écrit simple*
- *Aborder différents aspects de la culture hispanique*

Pré requis :

- *avoir des notions d'Espagnol mêmes lointaines (faux débutants)*

Programme :

- *Connaissances de base (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)*
- *Entraînement à la compréhension orale en petit groupe*

Durée : 12 heures réparties en 6 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- *Travail en petit groupe*
- *Cours et exercices*
- *Discussion, échange, dialogue*

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

LANGUES

Se perfectionner en ESPAGNOL Niveau 02

Objectifs :

- Etre capable de comprendre un message oral ou écrit dans une situation courante
- Aborder différents aspects de la culture hispanique

Pré requis :

- avoir suivi le module « Découverte de l'espagnol »
- ou avoir un niveau d'Espagnol équivalent à la fin de collège

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire
- Entraînement à la compréhension orale en petit groupe

Durée : 15 heures réparties en 10 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 150 €/Entreprise 190 €

LANGUES

<p><i>Communiquer en ESPAGNOL dans la vie professionnelle Métiers de l'accueil et du tourisme</i></p>
--

Objectifs :

- Etre capable de communiquer dans la vie quotidienne et dans les situations courantes de la vie professionnelle
- Etre capable d'utiliser un langage technique spécifique à son milieu professionnel

Pré requis :

- avoir suivi le module « Découverte de l'espagnol »
- ou avoir des notions d'Espagnol (faux débutants)

Programme :

- Actualisation des connaissances (structures grammaticales élémentaires, éléments de vocabulaire...)
- Compléments grammaticaux et de vocabulaire notamment du vocabulaire spécifique
- Entraînement à la compréhension orale

Durée : 12 heures réparties en 8 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe, cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue
- Mise en situation professionnelle (sketches)
- Conversation téléphonique suivant le niveau

Prix de l'action de formation : Individuel 120 €/Entreprise 150 €

SECOURISME

<i>Sauveteur Secourisme au Travail</i>

Objectifs :

- Acquérir les connaissances et les gestes pour donner les premiers secours
- Protéger la victime et faire alerter les secours spécialisés
- Secourir la victime
- Prévenir les accidents du travail

Pré requis : aucun (niveau débutant)

Programme :

- Recherche des risques persistants pour protéger
- Examen rapide de la victime pour faire alerter
- L'alerte
- Le secours de la victime

Durée : 12 heures réparties en 3 séances à Combloux

Dates et Horaires : **Demandez la fiche d'inscription**

Méthode pédagogique :

- Travail en petit groupe
- Cours et exercices
- Discussion, échange, dialogue

Prix de l'action de formation : Individuel 70 €/Entreprise 90 €

GASTRONOMIE

Les Ateliers Gourmands de Michel PERRIN

Objectifs :

- Être capable de mettre en œuvre des spécialités en cuisine "comme un professionnel"

Pré requis :

- Avoir des connaissances en cuisine

Programme :

Chaque mois, un thème, un produit ou une région....
Demandez la fiche d'inscription.

Durée : 3 ou 4 heures par atelier à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Méthodologie professionnelle
- Dégustation commentée
- Accords Mets et Vins
- Fiches techniques

Prix de l'action de formation: Individuel 56 € ou 75 € par atelier.

Entreprise 76 € ou 95 € par atelier

Chaque stagiaire emmène chez lui 2 portions de chaque plat réalisé en commun après une dégustation

GASTRONOMIE

Le Foie Gras au Naturel

Objectifs :

Être capable de réaliser de manière professionnelle un foie gras au naturel

Pré requis : *aucun (niveau débutant)*

Programme :

Réalisation d'un bloc de foie gras au naturel. Dégustation de foie gras (80 gr environ) Accords Mets et Vins. Chaque stagiaire emporte un bloc de foie gras de 800 grammes

Durée : *3 heures en 1 séance à Combloux*

Dates et Horaires : *Demandez la fiche d'inscription*

Méthode pédagogique :

-Cours théoriques et pratiques

-Découverte de la méthodologie professionnelle

-Dégustation commentée. Accords Mets et Vins (2 Vins Blancs : 1 sec et 1 moelleux)

A l'issue de la formation des fiches techniques sont remises au stagiaire

Prix de l'action de formation : *Individuel 76 €/Entreprise 96 €*

Le prix inclus le prix de la formation et 1 bloc de foie gras de 800 grammes que chaque stagiaire emporte

VINS

Initiation à la Dégustation des Vins

Objectifs :

- Mieux connaître le monde de la vigne et du vin
- Etre capable de parler d'un vin avec un vocabulaire professionnel
- Avoir des repères pour élaborer un accord vin et mets

Pré requis : Aucun (niveau débutant)

Programme :

- Le terroir, le climat, les appellations, les cépages
- La conduite de la vigne, la vinification, la technologie du vin
- Approche de la dégustation : examen visuel, olfactif, gustatif

Durée : 9 heures en 3 séances à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Apports théoriques
- Dégustation commentée et interactive

A chaque séance, une dégustation de charcuterie, fromage et pâtisserie permet de comprendre l'harmonie des accords mets et vins

Prix de l'action de formation : Individuel 105 €/Entreprise 125 €

VINS

Ateliers Dégustation des Vins

Objectifs :

- Approfondir la connaissance du monde de la vigne et du vin
- Être capable de choisir, conserver, servir et déguster les vins
- Approfondir la notion d'accord vins mets

Pré requis :

-
- Avoir suivi le module « Initiation à la Dégustation des vins »
- Avoir de solides connaissances en dégustation

Programme :

Chaque mois : un thème ou une région

Durée : 3 heures par atelier à Combloux

Dates et Horaires : Demandez la fiche d'inscription

Méthode pédagogique :

- Apports théoriques
- Dégustation commentée et interactive

A chaque séance, une dégustation de charcuterie, fromage et pâtisserie permet de comprendre l'harmonie des accords mets et vins

Prix de l'action de formation : Individuel 40 €/Entreprise 50 €

***Vous avez besoin d'une formation
qui n'est pas dans ce livret.... ?
Communiquez-nous votre cahier des charges...***

*Pour être informé des dates....
Pour vous inscrire*

*ALPEN Formation
Site de Combloux*

combloux.formation@laposte.net

*125, Route du Lycée
74 920 COMBLOUX*

04 50 58 69 10