



La PFRH BFC reste à vos côtés!

Les formations à distance

Ces formations sont disponibles gratuitement en ligne sur simple inscription pour certaines.

La PFRH n'étant pas organisatrice de ces formations, nous ne pourrons vous délivrer d'attestations de suivi.

BUREAUTIQUE

Réaliser des documents texte

Temps: 12 heures

Ce cours vous permettra, que vous soyez débutant ou déjà habitué à la saisie de documents, de maîtriser les fondamentaux du traitement de texte, tout en respectant le code de propriété intellectuelle.

Vous allez également réaliser des documents présentés de manière professionnelle en leur appliquant une mise en forme et une mise en page et, enfin, aller plus loin en appliquant une méthodologie simple et efficace vous permettant d'augmenter votre productivité.

Objectifs : à la fin de ce cours, vous saurez...

- utiliser les fonctionnalités de base du traitement de texte
- enregistrer et corriger votre production dans un format approprié
- paramétrer un logiciel de traitement de texte

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/5870066-realisez-des-documents-texte>

Maitriser les fondamentaux d'excel

Temps: 8 heures

Ce cours vous permettra de prendre en main ce logiciel si vous êtes débutant, de mettre en page vos données pour qu'elles soient facilement lisibles, puis d'aller plus loin en manipulant les données avec les formules, les fonctionnalités de tri, les tableaux croisés dynamiques, etc.

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

avril 2020



Objectifs : à la fin de ce cours, vous saurez...

- manipuler les cellules ;
- mettre en page un fichier Excel ;
- trier et ordonner les données ;
- utiliser les formules ;
- utiliser la validation des données sur Excel ;
- réaliser des tableaux croisés dynamiques ;
- réaliser des graphiques.

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/4929811-maitrisez-les-fondamentaux-dexcel>

Communiquer en utilisant les outils numériques

Temps: 8 heures

Le monde bouge et vous vous sentez un peu perdu face à la technologie ?

Et pourtant, pour évoluer professionnellement, vous avez besoin d'utiliser des outils de communication et de collaboration en ligne.

On vous parle de mail, de partage de fichiers, de visioconférence, de plateformes collaboratives...

On vous cite des noms d'applications et tout cela vous paraît confus.

Que choisir pour répondre à vos besoins ? Comment vous débrouiller pour vous servir de ces interfaces nouvelles pour vous ? Quels outils utiliser pour communiquer ou pour collaborer? Quels sont les usages de la communication numérique et les précautions à prendre pour vous protéger, et ne pas heurter les autres ?

Dans ce cours, vous aurez l'occasion d'explorer les réponses à toutes ces questions.

Et comme les outils de demain ne sont pas ceux d'aujourd'hui, vous allez acquérir ici les bases indispensables qui vous permettront de vous adapter facilement et de manière autonome à des interfaces différentes.

Objectifs : À la fin de ce cours, vous serez capable de...

- choisir un outil numérique de communication adapté ;
- repérer une fausse identité, un faux profil et un bot ;
- utiliser un réseau social en respectant ses usages ;
- collaborer en ligne grâce à des outils spécifiques.

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/5870131-communiquiez-en-utilisant-les-outils-numeriques>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

avril 2020

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Développer votre résilience

Temps: 8 heures

Dans nos vies contemporaines particulièrement stressantes, réfléchir à comment nous pouvons mieux faire face au stress et aux mutations constantes de notre environnement est indispensable.

Objectifs : à la fin de ce cours, vous serez capable de...

- Identifier les moyens à votre disposition pour augmenter votre résilience
- Construire un plan de résilience personnalisé

Pour accéder à la formation :<https://openclassrooms.com/fr/courses/5106001-developpez-votre-resilience>

Travailler en autonomie

Temps: 6 heures

Dans ce cours, vous apprendrez à mieux vous situer dans votre besoin d'autonomie. Vous découvrirez des techniques concrètes pour fixer vos objectifs, organiser votre planning et votre environnement de travail.

Vous trouverez également des clés pour définir les rôles dans une équipe, car travailler en autonomie ne signifie pas pour autant travailler seul !

Objectifs : à la fin de ce cours, vous saurez...

- Vous situer dans votre besoin d'autonomie
- Identifier les spécificités du travail en autonomie
- Prioriser et organiser vos tâches au quotidien
- Faire des choix par rapport à votre charge de travail
- Communiquer sur votre degré d'autonomie
- Définir les rôles de chacun pour être autonome dans une équipe

Pour accéder à la formation :<https://openclassrooms.com/fr/courses/5166341-travaillez-en-autonomie>

Gérer votre temps efficacement

Temps : 12 heures

En réalité, vous pouvez faire jusqu'à 2 fois plus de choses dans la journée, simplement en gérant mieux votre temps. Cette compétence n'est pas innée, mais rassurez-vous, il y a des méthodes simples de gestion du temps et vous pouvez les apprendre ici.

L'objectif n'est pas de faire de vous un bourreau de travail, mais plutôt de vous rendre plus efficace !

Objectifs : À la fin de ce cours, vous serez capable de :

- adopter des premiers réflexes de productivité ;
- organiser vos tâches ;
- travailler en équipe de façon plus efficace ;
- automatiser vos tâches répétitives.

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/5944991-gerez-votre-temps-efficacement>

Travailler efficacement en équipe

Temps: 10 heures

Vous pensez que travailler en équipe est naturel et que cela ne s'apprend pas, ou que cela s'apprend sur le tas ? Ou bien vous estimez que c'est secondaire par rapport à votre mission et aux tâches individuelles ?

Dans ce cours, vous apprendrez à travailler en équipe :

- Trouver votre place dans une équipe
- Adopter la bonne posture relationnelle
- Utiliser la communication positive
- Répartir les tâches et déléguer
- Utiliser les outils collaboratifs
- Animer des réunions d'équipe efficaces et agiles

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/5164316-travaillez-efficacement-en-equipe>

Prenez la parole en public

Temps : 6 heures

Si vous avez envie d'améliorer l'impact de vos prises de parole en public, de développer votre charisme à l'oral, de combattre votre timidité et réduire votre stress, d'acquérir les compétences pour être plus à l'aise devant les autres...

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/4577696-prenez-la-parole-en-public>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL

Objectif IA: Initiez-vous à l'intelligence artificielle

Temps : 6 heures

Dans ce cours, nous répondrons à toutes ces questions. Dans un premier temps, vous en apprendrez plus sur ce que recouvre vraiment l'intelligence artificielle. Vous identifierez ensuite les changements que l'IA amène dans notre société. Enfin, vous rentrerez dans le fonctionnement d'un projet d'intelligence artificielle et des disciplines d'IA les plus utilisées : le Machine Learning et le Deep Learning.

Objectifs : À la fin de ce cours, vous serez capable de...

- expliquer ce qu'est l'intelligence artificielle ;
- identifier ses défis et ses opportunités ;
- décrire scientifiquement un projet d'IA et ses sous-disciplines.

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/6417031-objectif-ia-initiez-vous-a-lintelligence-artificielle>

Initiez-vous au Design Thinking

Temps: 6 heures

Dans ce cours, vous allez comprendre que le design ce n'est pas juste un département dans une entreprise, mais le coeur d'une stratégie plus globale, centrée sur l'humain, qui permet de répondre aux besoins des individus et de résoudre des problèmes parfois complexes. Peu à peu, vous prendrez conscience de l'importance du design et verrez à quel point son approche est fondamentale pour être innovant dans sa vie professionnelle, quelle que soit votre branche. Vous apprendrez à penser comme un designer et à appliquer un ensemble de bonnes pratiques à vos projets de tous les jours.

Objectifs : développer votre créativité,

- apprendre à devenir plus agile,
- apprendre à travailler et penser différemment,
- mener des projets de façon innovante...

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/3013836-initiez-vous-au-design-thinking>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

avril 2020

Améliorer l'impact de vos présentations

Temps: 8 heures

Dans ce cours de design d'idée et de design de présentation, nous allons apprendre à faire exactement l'inverse !

Vous découvrirez des techniques de facilitation visuelle qui permettent de faire passer un message en ayant un impact émotionnel positif ; et vous apprendrez à créer des supports de présentation créatifs et modernes qui suscitent l'enthousiasme auprès de votre auditoire.

Objectifs : À la fin de ce cours, vous serez capable de...

- Trouver l'inspiration et développer votre créativité
- Mobiliser les bonnes pratiques en termes de design graphique
- Construire une identité visuelle adaptée
- Créer et suivre une charte graphique
- Faciliter visuellement une idée
- Construire une présentation "look & feel" en diaporama
- Utiliser les techniques de storytelling lors d'une présentation
- Présenter un projet à l'oral à l'aide d'un support en diaporama

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/3013891-ameliorez-limpact-de-vos-presentations>

MANAGEMENT

Apprenez à gérer les conflits

Temps: 8 heures

Vous souhaitez comprendre, anticiper et traiter les conflits mineurs ou sérieux qui se présentent régulièrement dans votre environnement de travail ? Vous en avez assez de subir une ambiance tendue et vous vous demandez comment changer cela ? Vous avez déjà tenté de régler des conflits au bureau, mais votre démarche a tourné court et vous vous êtes senti·e démuni·e ?

Objectifs : À la fin de ce cours, vous serez capable de ...

- établir un bon diagnostic du conflit ;
- contrôler vos émotions dans un contexte professionnel ;
- pratiquer l'écoute active et communiquer positivement ;
- intervenir de manière adaptée en cas de conflit ;
- assurer le suivi de l'après-conflit ;
- prévenir les conflits en favorisant la coopération et le bien-être.

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/4727076-apprenez-a-gerer-les-conflits>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

avril 2020

Découvrir la posture d'agilité

Temps : 30 minutes

La transformation digitale bouleverse notre manière de travailler. Dans ce cours, vous découvrirez ce que représente la notion d'agilité et comment le fonctionnement des équipes se modifie dans les entreprises.

Quels bénéfices attendre de ces nouvelles méthodes de travail ?

Quelles difficultés naturelles on peut avoir pour s'adapter à tous ces changements ?

Au travers de ces témoignages, vous allez comprendre que l'agilité apporte aux projets rapidité, efficacité et surtout du plaisir pour tous ceux qui la vivent !

Pour accéder à la formation : <https://openclassrooms.com/fr/courses/3656151-decouvrir-la-posture-d-agilite>

Devenir un meilleur leader

Temps : 3 heures

Etre humble, faire preuve d'écoute ou encore solliciter des feedbacks. Aujourd'hui, la posture de leader a changé et ce dernier se doit d'être inspirant pour ses collaborateurs. Ce parcours vous apportera trois compétences clefs pour devenir un meneur inclusif.

Dans ce parcours, vous allez aborder 3 compétences :

- Comprendre les besoins de ses collaborateurs
- Accompagner ses collaborateurs
- Générer du sens collectif

Pour accéder à la formation : <https://www.my-mooc.com/fr/path/devenir-un-meilleur-leader>

ORGANISATION DU TRAVAIL ET SANTE

Télétravail prolongé : comment adapter ses modes de travail ?

Le confinement récent a déclenché un recours massif au télétravail. Si ce mode de travail est souvent plébiscité lorsqu'il s'organise sur un ou deux jours par semaine, c'est une tout autre affaire lorsqu'il se fait en continu ! Or, les sciences cognitives nous apprennent que travailler de chez soi présente certains risques, qu'il faut pouvoir adresser et contourner, afin de rester efficace dans son activité tout en préservant ses ressources cognitives et son bien-être.

Pour accéder à la formation : <https://cogx.didask.com/modules/teletravail-en-continu>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

Bien-être au travail

Temps : 4 heures

Dans un monde professionnel en constante transformation et dans lequel nous sommes de plus en plus sollicités, il est nécessaire d'apprendre à se relaxer afin d'éviter le surmenage. Ce parcours a été créé avec l'objectif de vous aider à mieux appréhender la notion de stress et de surmenage afin d'éviter d'en subir les effets néfastes.

Pour accéder à la formation : <https://www.my-mooc.com/fr/path/bien-etre-au-travail>

LES CONFERENCES TED EX

Et si on revoyait radicalement les modes de management ?

Temps : 2 heures

Les relations humaines sont au centre de nos sociétés et nos entreprises, être capable de créer une cohésion dans cet ensemble est donc primordial. Mais comment faire pour créer ce type d'environnement dans notre travail, créer des équipes soudées avec en tête des objectifs communs et une réelle considération pour la place de l'humain dans cet écosystème ...

Pour accéder à la conférence : <https://www.youtube.com/watch?v=dY0EbP0zHts>

Les émotions au travail

Temps : 15 minutes

On nous dit souvent que les émotions ne sont pas les bienvenues au travail. Est-ce vrai ?

Pour accéder à la conférence :

<https://www.youtube.com/watch?v=dJuSVh3gv0I&feature=youtu.be>

Jouer Collectif

Temps : 42 minutes

Quand on détient 9 titres dans les compétitions internationales majeures, un nouvel enjeu se présente : renouveler l'exploit. Manager Général de l'équipe de France masculine de Handball, responsable de l'équipe de France masculine, Claude Onesta détient le plus beau palmarès de tous les temps. Comment une équipe se maintient-elle aussi longtemps, tout en se renouvelant, comment s'assurer de l'engagement de tous, jusqu'au dernier des remplaçants? Comment motiver une équipe pour qu'elle ne s'endorme pas sur ses lauriers? Claude Onesta partage avec nous son expérience et sa philosophie de vie

Pour accéder à la conférence : <https://www.youtube.com/watch?v=-o27o3nzJQU&feature=youtu.be>

pour plus d'informations : plate-forme-rh-formation@bfc.gouv.fr

avril 2020