



CALENDRIER DES STAGES EN INTER ENTREPRISE 2025 - CAP ELAN FORMATION

BUREAUTIQUE														
INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
WORD Initiation	2j	06-07		31/3 - 1/4		05-06	30/6 - 1/7			08-09		03-04		640 €
WORD Intermédiaire	2j	27-28		24-25			02-03	22-23		29-30		18-19		640 €
WORD Perfectionnement	2j		03-04	31/3 - 1/4			16-17		28-29		06-07		01-02	640 €
EXCEL Initiation	2j	13-14		10-11		14-15		07-08		15-16		10-12		640 €
EXCEL Intermédiaire	2j	30-31		27-28			05-06	24-25			02-03	20-21		640 €
EXCEL Perfectionnement	2j		10-11		07-08		23-24		04-05		13-14			640 €
POWERPOINT	2j	20-21		17-18		21-22		15-16		22-23		24-25		640 €
EXCEL - Tableaux de bords et indicateurs de performance	2j			03-04						11-12				640 €
OFFICE 365 - Teams - Utilisateur	1j				28						10			390 €
OFFICE 365 - One Drive - Utilisateur	1j				29							07		390 €
MS PROJECT Initiation	3j					05-06-12						17-18-24		1 350 €
EXCEL - VBA Initiation	3j			20-21-28						18-19-26				1 350 €
OFFICE 365 - Sharepoint - Utilisateur	2j				22-23						16-17			780 €
Power BI - les fondamentaux	3j					19-20-26						27-28/11 - 5/12		1 950 €
Microsoft Power Apps - Automate - développer des applications et automatiser les processus	3j			13-14-21							09-10-17			1 950 €

AUDIOVISUEL														
INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
Smartphone	2j	29-30				28/5-2/6				25-26				900 €
Première pro initiation	4j		Du 7 au 12				Du 11 au 16				Du 6 au 9			1 800 €
Première pro perfectionnement	5j			Du 5 au 11				Du 7 au 11				Du 3 au 7		2 250 €
After Effects initiation	4j		Du 14 au 19				Du 18 au 23				Du 13 au 16			1 800 €
After Effects intermédiaire	5j			Du 12 au 18				Du 15 au 21				Du 10 au 17		2 250 €
Prise de vue vidéo initiation	4j	Du 31/1 au 5/2					Du 3 au 6			Du 29/9 au 2/10				1 800 €

WEBMARKETING DEVELOPPEMENT WEB														
INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
Rédiger des contenus web	1j			13				01				10		450 €
HTML5 CSS3	4j			Du 17 au 20				Du 3 au 8				Du 13 au 18		1 800 €
Wordpress	4j			Du 24 au 27				Du 10 au 16				Du 20 au 25		1 800 €
Référencement	3j			Du 31/3 au 2/4				18-21-22						1 350 €
Réseaux sociaux	3j				04-07-08			24-25-28					03-04-05	1 350 €
Réaliser une Newsletter	1j				09			29					08	450 €

COÛT DE LA CERTIFICATION TOSA : 50€ TTC par logiciel

Toutes nos dates sont maintenues sous condition de 2 participants inscrits minimum

CAP ÉLAN FORMATION - 84 Boulevard de la Corderie 13007 Marseille - Tél : 04 86 01 20 50 – Mail : contact@capelanformation.fr – www.capelanformation.fr

ZC/STAGES INTER

V2-01/2025-



CALENDRIER DES STAGES EN INTER ENTREPRISE 2025 - CAP ELAN FORMATION

INFOGRAPHIE - PAO

INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
Culture design et histoire du graphisme	2j	02-03			10-11					01-02				900 €
Créer une charte graphique	2j			03-04			19-20				29-30			900 €
Illustrator initiation	4j	Du 8 au 13			Du 16 au 22					Du 5 au 10				1 800 €
Illustrator perfectionnement	3j		11-12-13			27-28 mai - 02 juin					09-10-13			1 350 €
Photoshop initiation	4j	Du 15 au 20			Du 24 au 29					Du 12 au 17				1 800 €
Photoshop perfectionnement	3j		04-05-06			20-21-22					02-03-06			1 350 €
Photoshop retouche photographie	2j	22-23		26-27				17-18						900 €
Colorimétrie et calibrage dans Photoshop	1j		10			26					08			450 €
Acrobat Pro	1j	29				14				26				450 €
InDesign initiation	4j	Du 22 au 27				Du 05 au 12				Du 19 au 24				1 800 €
InDesign perfectionnement	2j		17-18				04-05				15-16			900 €
InDesign Epub perfectionnement	2j		20-21				10-11				20-21			900 €
Lightroom initiation	2j	16-17		20-21			13-16	10-11			23-24			900 €
Mise en page de publicité	1j			05			23				30			450 €
Prise de vue photo	3j	13-14-15		17-18-19				07-08-09						1 350 €
Droit à l'image	1j	31				16				30				450 €

CAO / DAO

INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
AUTOCAD initiation	5j	Du 6 au 10		Du 3 au 7		05-06-07-12-13		Du 1 au 7				Du 3 au 7		2 250 €
REVIT et BIM initiation	5j	Du 13 au 17		Du 10 au 14		Du 14 au 20		Du 8 au 15		Du 8 au 12		Du 12 au 18		2 250 €
Sketchup pro initiation	5j	Du 20 au 24		Du 17 au 21		Du 21 au 27		Du 16 au 22		Du 15 au 19		Du 19 au 25		2 250 €
Archicad BIM	5j		Du 3 au 7	Du 31/3 au 4/4				Du 10 au 16	Du 30/7 au 5/8		Du 29/9 au 3/10		Du 3 au 9	2 250 €
Solidwork	5j		Du 10 au 14				Du 17 au 23		Du 6 au 12		Du 6 au 10		Du 10 au 16	2 250 €
Blender 3D initiation	5j	Du 27 au 31		Du 24 au 28			Du 2 au 6	Du 23 au 29		Du 22 au 26		Du 26/11 au 2/12		2 250 €

Toutes nos dates sont maintenues sous condition de 2 participants inscrits minimum

CAP ÉLAN FORMATION - 84 Boulevard de la Corderie 13007 Marseille - Tél : 04 86 01 20 50 – Mail : contact@capelanformation.fr – www.capelanformation.fr

V2-01/2025- ZC/ STAGES INTER



CALENDRIER DES STAGES EN INTER ENTREPRISE 2025 - CAP ELAN FORMATION

MANAGEMENT ET EFFICACITE PROFESSIONNELLE / RESSOURCES HUMAINES / QUALITE DE VIE AU TRAVAIL

INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
Management d'équipe	3j				24-25-30					16-18-29			01-02-08	1 590 €
Gestion des conflits	2j				03-04						13-14			1 060 €
S'organiser et gagner en sérénité	2j			03-04						15-16				1 060 €
Communiquer avec éloquence	2j				22-23							03-04		1 060 €
Formation de formateurs	4j			17-18-24-25							16-17-23-24			2 120 €
Préparer sa retraite	2j					12-13							08-09	1 060 €
Accueil public Langue des signes française	3j			21-27-28								14-20-21		1 590 €
Manager par l'intelligence émotionnelle	2j				29/4 - 6/5					30/9 - 7/10				1 060 €
Droit à la déconnexion	1j						10					17		530 €
Gérer la relation client au quotidien	2j						02-03						04-05	1 060 €
Mesurer la satisfaction clients	2j				24-25					22-23				1 060 €
Prévention des risques psychosociaux	2j			06-07								06-07		1 060 €
Qualité de vie au travail : ATELIER 1 : Evacuer les tensions physiques et mentales au travail & ATELIER 2 : Optimiser son temps en se relaxant	1j			03						26				530 €
ATELIER 3 : Se prémunir du stress et des tensions en milieu professionnel & ATELIER 4 : Aborder sa demi journée de manière plus sereine en 10 min	1j				22						02			530 €
IA générative : avoir les bonnes pratiques	2j					15-16						24-25		1 300 €

DROIT SOCIAL - PARTENARIAT AVEC LE CABINET CAPSTAN AVOCATS

INTITULÉ DU STAGE	Durée	JANV	FEV	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	TARIF TOTAL
Tout savoir sur les actualités sociales	1/2j			31 (matin)			23 (matin)			08 (matin)			12 (matin)	720 €

Toutes nos dates sont maintenues sous condition de 2 participants inscrits minimum

CAP ÉLAN FORMATION - 84 Boulevard de la Corderie 13007 Marseille - Tél : 04 86 01 20 50 – Mail : contact@capelanformation.fr – www.capelanformation.fr

V2-01/2025- ZC/ STAGES INTER