

## Formations organisées par les tutelles CNRS - UCA - IRD Année universitaire 2024/2025



**Vous êtes intéressé(e) par une formation,  
voici les liens à suivre.**

Si vous vous inscrivez à une formation, merci d'en informer, par mail, le correspondant Cofo pour un meilleur suivi des formations.

Votre correspondant COFO

**Nathalie EL AYDI**

Tél. 04 73 34 67 16 - [nathalie.elaydi@uca.fr](mailto:nathalie.elaydi@uca.fr)



### Je souhaite suivre une formation CNRS

**Agents CNRS** - Programmes et liens d'inscription sont disponibles sur l'intranet <https://intranet.cnrs.fr/delegations/dr7/agents/formation/calendrierformations/Pages/default.aspx>

**Agents UCA** - Vous pouvez suivre une formation proposée par le CNRS mais vous n'êtes pas prioritaire. Compléter la fiche « demande hors catalogue UCA » ainsi que la fiche d'inscription du CNRS et les transmettre par mail à votre correspondant Cofo.

**Agents IRD** - Vous pouvez suivre une formation proposée par le CNRS mais vous n'êtes pas prioritaire. Compléter la fiche d'inscription du CNRS et la transmettre par mail à votre correspondant Cofo.

### Formation CNRS Mutualisée Convergence

**Ces formations sont uniquement réservées aux agents CNRS.**

Pour vous inscrire, merci de bien vouloir me retourner la fiche d'inscription convergence ci-jointe.



### Je souhaite suivre une formation UCA

**Agents UCA / CNRS ou IRD** - Programmes et liens d'inscription sont disponibles sur l'intranet <https://ent.uca.fr/core/home/>



### Je souhaite suivre une formation IRD

**Agents IRD** - Programmes et liens d'inscription sont disponibles sur l'intranet IRD

**Agents CNRS / UCA** - Si vous êtes intéressé par une des formations, merci de contacter le correspondant Cofo.

# SOMMAIRE

## Formations CNRS

Page 3 à 4

### **Efficacité professionnelle**

- Gestion du temps
- Affirmation de soi
- Préparation à la sélection professionnelle

### **Comptabilité, finances**

- Les fondamentaux des marchés publics

### **Utilisation d'applications spécialisées**

- Reseda initial

### **Ressources humaines**

- Prévenir et gérer son bien être au travail

## Formations CNRS Mutualisées Convergence

Page 5

### **Bureautique**

- Powerpoint initiation
- Réaliser des dessins scientifiques de qualité avec Inkscape - Niveau I

### **Efficacité personnelle**

- Renforcer sa mémoire
- Vivre et travailler sereinement avec les accords toltèques

### **Management**

- Manager avec les accords toltèques

## Formations UCA

Page 6 à 7

### **Responsabilités sociales sociétales**

- Premiers secours en santé mentale PSSM
- Sensibilisation aux handicaps

### **Hygiène et sécurité**

- Chargé d'évacuation

### **Communication institutionnelle**

- K-SUP Formation de base

### **Préparation aux concours**

# Formations CNRS



## Efficacité personnelle

### Gestion du temps

**Dates :** 14 et 15 avril 2025

**Durée :** 14 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

- Devenir maître de son temps et stratège de son organisation personnelle. Développer une meilleure efficacité professionnelle.
- Mieux gérer sa trajectoire professionnelle sans sacrifier sa vie personnelle. Savoir coopérer avec des personnes ayant d'autres conceptions du temps.

### Affirmation de soi

**Dates :** 2 au 4 juin 2025

**Durée :** 21 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

- Mieux se connaître.
- Développer confiance et affirmation de soi.
- Réagir efficacement dans une relation.
- Faire face aux comportements négatifs.
- Traiter les désaccords.
- Dire les choses avec diplomatie

### Préparation à la sélection professionnelle

#### Objectif de la formation :

- Donner à chaque participant une méthodologie afin d'identifier et de valoriser leurs activités.
- A l'issue de cette formation, les participants seront en capacité de rédiger un rapport d'activité et de présenter un exposé à l'oral

#### Module 1 Préparation du dossier écrit

Session 1 : 26 mai 2025 en présentiel et le 10 juin 2025 à distance (rdv individuel de 45 mm)

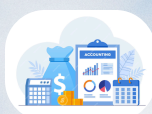
Session 2 : 27 mai 2025 en présentiel et le 11 juin 2025 à distance (rdv individuel de 45 mm)

#### Module Préparation à l'oral

Session 1 : 22 septembre 2025 et 15 octobre 2025 en présentiel

Session 2 : 23 septembre 2025 et 16 octobre 2025 en présentiel

## Comptabilité Finances



### Les fondamentaux des marchés publics

**Dates :** 9 et 10 avril 2025

**Durée :** 14 heures

**Public :** Assistants acheteurs, agents administratifs, rédacteurs, techniciens et comptables chargés des achats ou qui travaillent avec un service achats-marchés ou personne souhaitant connaître les bases de la gestion d'un marché public

#### Objectif de la formation :

- Définir le cadre général des marchés publics et l'essentiel des procédures réglementaires
- Préparer et utiliser correctement les documents administratifs liés aux procédures de marchés publics
- Gérer l'exécution des marchés

## Utilisation d'applications spécialisées



### RESEDA Initial

**Dates :** 22 et 23 mai 2025

**Durée :** 14 heures

**Public :** Personnes utilisant RESEDA

#### Objectif de la formation :

Découverte de l'outil RESEDA - Deux journées de formation avec un temps de questions réponses en présence du service ressources humaines



## Ressources Humaines

### Prévenir et gérer son bien être au travail

**Dates :** 7 et 8 avril 2025 + 23 mai 2025 (retour d'expérience)

**Durée :** 21 heures

**Public :** Toute personne désireuse de prévenir, résoudre des tensions professionnelles quel que soit son niveau hiérarchique.

**Objectif de la formation :**

- Identifier les facteurs déclencheurs de stress
- Analyser et prendre du recul sur les situations rencontrées
- Mettre en oeuvre des techniques pour remédier au stress
- Gagner en sérénité dans son quotidien professionnel

# Formations Convergence



## Bureautique

### Powerpoint initiation

**Dates :** 15 avril 2025

**Durée :** 6 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

Connaître les fonctionnalités de Powerpoint afin de réaliser des documents de présentation en diaporama comportant des images, des tableaux, des graphiques.

### Réaliser des dessins scientifiques de qualité avec Inkscape - Niveau 1

**Dates :** 12 mars 2025

**Durée :** 6 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

Apprendre à utiliser Inkscape, un logiciel de dessin vectoriel libre et gratuit, et de l'appliquer à la réalisation de dessins scientifiques de qualité. A l'issue de la formation, chaque participant recevra un aide-mémoire, des modèles de graphiques, des logos haute qualité et des schémas réutilisables.



## Efficacité personnelle

### Renforcer sa mémoire

**Dates :** 13 et 14 mars 2025

**Durée :** 12 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

Connaître le fonctionnement de la mémoire.  
Connaître le processus d'intégration et de traitement d'une information.  
Utiliser des images mentales de qualité pour mieux mémoriser.

### Atelier 2 Tonnes

**Dates :** 25 mars 2025

**Durée :** 3 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

Cet atelier vous projette en 2050 pour découvrir les leviers individuels et collectifs de la transition vers une société bas carbone en essayant de limiter le changement climatique en atteignant les fameuses 2 tonnes par an et par personne.

### Vivre et travailler sereinement avec les accords toltèques

**Dates :** 11 ou 20 mars 2025

**Durée :** 6 heures

**Public :** Tout public

#### Objectif de la formation :

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de présenter les 4 accords Toltèques suivants à son équipe et de les mettre en application :

- Que votre parole soit impeccable
- N'en faites pas une affaire personnelle
- Ne faites pas de supposition
- Faites toujours de votre mieux.



## Management

### Manager avec les accords toltèques

**Dates :** 13 mai 2025

**Durée :** 6 heures

**Public :** Manager, responsable, encadrant

#### Objectif de la formation :

A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de présenter les 4 accords Toltèques suivants à son équipe et de les mettre en application :

- Que votre parole soit impeccable
- N'en faites pas une affaire personnelle
- Ne faites pas de supposition
- Faites toujours de votre mieux.

# Formations UCA



## Responsabilités sociales sociétales

### Premiers Secours en Santé Mentale PSSM

**Dates :** 2 jours ou 4 demi journées  
17, 20, 21 et 24 mars 2025  
ou 19 et 20 juin 2025

**Durée :** 14 heures

**Public :** Toute personne amenée à accompagner des personnes en difficultés (étudiants, collègues..)

**Objectif de la formation :**

- Acquérir des connaissances de base concernant les troubles de santé mentale
- Mieux appréhender les différents types de crises en santé mentale
- Développer des compétences relationnelles : écouter sans jugement, rassurer et donner de l'information.
- Mieux faire face aux comportements agressifs

### Sensibilisation aux handicaps

**Dates :** 20 mars 2025

**Durée :** 7 heures

**Public :** Tout public

**Objectif de la formation :**

- Faire tomber les stéréotypes et idées reçues.
- Sensibiliser les personnels



## Hygiène et Sécurité

### Chargé d'évacuation

**Dates :** 20 mars 2025

**Durée :** 2 heures

**Public :** Agent chargé de l'évacuation par étages des bâtiments

**Objectif de la formation :**

Connaitre les règles de sécurité à suivre pour assurer l'évacuation d'un bâtiment en cas d'incendie.



## Communication institutionnelle

### K-SUP Formation de base

**Dates :** Dates à venir

**Durée :** 10 ou 17 mars ou 1er avril 2025

**Public :** Réfèrent web de l'Université

**Objectif de la formation :**

Système de gestion de contenu K-Sup utilisé sur l'ensemble des sites web

# Formations UCA



## Préparation aux concours

### Public :

Tout public et priorité aux personnes qui s'engagent dans un concours

### Objectif de la formation :

Acquérir des connaissances générales de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche ESR

Module 1 Enseignement Supérieur et de la Recherche : **le 20 février 2025 de 9h à 12h**

Module 2 Les personnels de l'ESR et la loi transformation : **le 10 février 2025 de 13h30 à 16h30**

Module 3 La recherche : **le 17 mars 2025 de 13h30 à 16h30**

Module 4 le financement des EPCSCP : **le 25 mars 2025 de 9h00 à 12h00**

Module 5 la formation : date à venir

Droit de la fonction publique : **les 8 et 10 avril 2025 de 9h00 à 12h00**

Droit administratif : **le 31 mars 2025, 7 et 14 avril 2025 de 10h00 à 12h00**

Les institutions européennes : **3 avril 2025 de 9h00 à 12h30**

Les clés pour préparer son oral : date à venir

Aide à la rédaction du CV et de la lettre de motivation : date à venir

Entraînement à l'oral (cas pratique) : **Mai-juin 2025**

Aide à la rédaction du rapport d'activité (catégorie A IGE ASI et Tech concours interne) : date à venir