

Orientation  
Formation  
Objectif : EMPLOI

2  
0  
2  
3  
/  
2  
0  
2  
4

# CATALOGUE FORMATION

## 2023/24

SUR SITE



E-LEARNING



WEBCAM



# SOMMAIRE

## I/ DIFFERENTS TYPES DE FORMATION

1. [Sur site..... p : 3](#)
2. [En e-learning..... p : 3](#)
3. [Par webcam..... p : 3](#)

## 2/ EXEMPLES DE FORMATION

1. LES BILANS  
[Bilan de reconversion..... p : 5](#)  
[Bilan de compétences..... p : 6](#)

## 3/ EXEMPLES DE FORMATION SUR MESURE

2. LES ENTRETIENS  
[Réussir les entretiens individuels..... p : 7](#)
3. LA TECHNIQUE HYDRAULIQUE  
[Vendre des produits services hydraulique & pneumatique... p : 8](#)  
MODULE 1 : Hydraulique de base  
MODULE 2 : Hydraulique & sécurité  
MODULE 3 : Les composants, le vocabulaire  
MODULE 4 : Abécédaire des marques  
MODULE 5 : Interlocuteurs par environnement  
[Applications oléo hydrauliques..... p : 9](#)  
MODULE 1 : Prise en compte client  
MODULE 2 : Organisation de l'étude  
MODULE 3 : Choisir les composants  
MODULE 4 : Etudes de cas  
MODULE 5 : Suivi avant et après réalisation

## 4/ RESSOURCES

[Les ressources, les outils .....p : 10](#)

## 5/ TARIFS

[Les tarifs ..... p : 11](#)

## 6/ ACCESSIBILITE & CONTACTS

[Accessibilité et contacts .....p : 12](#)

## I/ LES DIFFERENTS TYPES DE FORMATION

Cap e-Go met en place des parcours de formation 100% sur mesure, en individuel ou en groupe & économique. De courte durée à plus long terme, choisissez le mode de formation qui vous convient pour - par exemple - valoriser le parcours de votre personnel, intégrer les candidats dans votre structure, consolider et développer les acquis des bénéficiaires, etc.



Sur site, la formation évite la multiplication des frais supplémentaires tels que déplacement, l'hébergement...et s'adapte totalement aux modes de fonctionnement de l'entreprise.



Le e-learning permet sans se déplacer de travailler de manière dématérialisée, à son rythme aux jours et heures choisis. Le grand avantage est de garder dans son espace virtuel et personnel la trace écrite des éléments échangés et de pouvoir les consulter à tout moment.



Les discussions en live (webcam) apportent la flexibilité des horaires, sans déplacement, avec l'interaction de l'oral. Le ++ à cumuler avec un e-learning.

Plus d'infos ? [www.capego.fr](http://www.capego.fr) 05 56 89 16 04 [formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

SUR SITE



E-LEARNING



WEBCAM



*Cap e-Go existe depuis 2013 et travaille sur 3 axes, l'orientation, la formation et l'emploi, mettant l'individu au cœur du système.*

*Cap e-Go est organisme de formation avec une déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 72 33 09249 33 auprès du Préfet de Région Nouvelle Aquitaine.*

Conformément au Décret n°2019-564 du 6 juin 2019, relatif à la qualité des actions de la formation professionnelle, Cap e-Go a obtenu la validation de sa certification QUALIOPi n° CPS RNCQ 0561 – REV 00. Qualiopi répond à un processus d'attribution rigoureux et normé basé sur l'obtention d'une certification délivrée par des organismes certificateurs accrédités par une instance nationale d'accréditation.



**Personne en situation de handicap**, contactez-nous par téléphone 05 56 89 16 04 ou mail [formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr) afin d'adapter la formation à votre situation. Vous pouvez aussi joindre le référent handicap 06 15 38 86 34 [nathalie@capego.fr](mailto:nathalie@capego.fr)

SUR SITE



E-LEARNING



WEBCAM



# 1/ EXEMPLES DE FORMATION

## LES BILANS

### BILAN DE RECONVERSION PROFESSIONNELLE

#### PUBLIC

Toute personne en questionnement professionnel

#### MOYENS DE CONTRÔLE

Entretien préalable  
Validation via la construction du projet professionnel et suivi

PRE-REQUIS aucun

MODALITES présentiel, à distance ou mixte

#### METHODE PEDAGOGIQUE

Synthèse remise à la fin du bilan

Recherches et dossiers par thématiques

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE

Formateur qualifié en RH & formation

DUREE 24h avec un rythme prédéfini à la carte

DELAI D'ACCES 2 à 6 semaines selon l'accord de prise en charge

#### MODALITES SUIVI &

EVALUATION projet professionnel

VALIDATION Attestation de fin de formation

Personne en situation de handicap, afin d'adapter la formation à votre situation, contactez 05 56 89 16 04  
[formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

#### Objectifs :

- Identifier les intérêts professionnels, valeurs, personnalité et motivations
- Définir des solutions de reconversion en interne et externe
- Aider à la construction d'un projet professionnel en adéquation avec les contraintes du bénéficiaire (inaptitude au poste de travail, santé...) et le marché de l'emploi

#### Contenu :

- Entretien de contractualisation
- Entretien de mise à plat de la situation professionnelle actuelle
- Diagnostic de la situation : les freins et les ressources motivationnelles
- Diagnostic de la situation : l'identification des compétences
- Construction-stabilisation d'un projet
- Clôture d'un Bilan, rédaction d'une synthèse

#### Moyens techniques et pédagogiques :

- Outil d'évaluation des intérêts, soft skills
- CLEO
- Fiches & enquêtes métiers

**Tarif INTRA 1599€**

HT/pers

**Financement :**

OPCO & autre  
financier

# 1/ EXEMPLES DE FORMATION

## BILAN DE COMPETENCES

### Objectifs :

- Définir et analyser les besoins du bénéficiaire, informer des conditions de mise en œuvre
- Analyser le parcours, les motivations, les intérêts
- Identifier les compétences et aptitudes, déterminer les possibilités d'évolution professionnelle
- Identifier les facteurs et les étapes facilitant la réalisation du projet professionnel

### Contenu :

- Phase préliminaire : situer le contexte - cerner les objectifs et les attentes déterminer le plan d'action de la phase d'investigation
- Phase d'investigation : identifier les caractéristiques personnelles et professionnelles développées - recenser les acquis théoriques et connaissances - étudier les choix et orientations prises, situer la cohérence et les cœurs de compétences - élaborer le projet professionnel pour définir les pistes professionnelles, envisager les possibles et rejeter les non réalistes
- Phase de conclusion : valider par critères d'efficacité et de faisabilité le projet professionnel et/ou de formation, selon les compétences acquises, requises et de la réalité de l'emploi - baliser les différentes étapes - élaborer le dossier de synthèse, évaluer la démarche, fixer les démarches de suivi

### Moyens techniques et pédagogiques :

- Outil d'évaluation des intérêts, soft skills
- CLEO
- Fiches & enquêtes métiers
- Portfolio de compétences

**Tarif INTRA 1599€**  
HT/pers

**Financement : CPF**  
OPCO & autre  
financier

#### **PUBLIC**

Toute personne en questionnement professionnel

#### **MOYENS DE CONTRÔLE**

Entretien préalable  
Validation via la construction du projet professionnel et suivi

**PRE-REQUIS** aucun

**MODALITES** présentiel, à distance ou mixte

#### **METHODE PEDAGOGIQUE**

Synthèse remise à la fin du bilan

Recherches et dossiers par thématiques

#### **EQUIPE PEDAGOGIQUE**

Formateur qualifié en RH & formation

**DUREE** 24h avec un

rythme prédéfini à la carte

**DELAI D'ACCES** 2 à 6

semaines selon l'accord de prise en charge

#### **MODALITES SUIVI &**

**EVALUATION** projet

professionnel

**VALIDATION** Attestation de fin de formation

**Personne en situation de**

**handicap**, afin d'adapter la

formation à votre situation,

contactez 05 56 89 16 04

[formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

## 2/ EXEMPLES DE FORMATION SUR MESURE

### LES ENTRETIENS

#### REUSSIR LES ENTRETIENS INDIVIDUELS

##### Objectifs :

- Acquérir une méthodologie pour évaluer objectivement les collaborateurs
- Savoir construire un entretien d'évaluation et adopter les comportements efficaces
- Faire de l'entretien d'appréciation un acte de management et de développement des compétences
- S'adapter au collaborateur
- Etre capable d'avoir un comportement assertif
- Acquérir les techniques comportementales en entretien
- Savoir mener un entretien individuel dans son intégralité
- Apprendre à faire face aux situations complexes et fréquentes

##### Contenu :

- L'entretien annuel d'évaluation : préparer l'entretien comme un outil de management / Conduire l'entretien : clarifier les objectifs, établir un bilan et négocier les objectifs / Utiliser les « bons comportements » selon les phases de l'entretien / Suivi de l'entretien annuel et principes de base de l'entretien professionnel
- L'entretien professionnel : les enjeux de l'entretien professionnel / maîtriser les notions clés de l'évolution professionnelle / les 4 temps de l'entretien professionnel / conduire l'entretien professionnel / réaliser l'entretien professionnel récapitulatif tous les 6 ans
- Conclusion : les 4 types d'entretiens : obligations, finalité et articulation avec le parcours professionnel / l'après-entretien

##### Tarif :

INTRA ou INTER  
1800€ HT/pers

**Financement :**  
OPCO & autre  
financier

##### PUBLIC

Toute personne service RH

##### MOYENS DE CONTRÔLE

Entretien préalable

Validation via la

construction

professionnelle et suivi

##### PRE-REQUIS RH

MODALITES présentiel, à

distance ou mixte

##### METHODE PEDAGOGIQUE

Synthèse remise à la fin du bilan

Recherches et dossiers par thématiques

##### EQUIPE PEDAGOGIQUE

Formateur qualifié en RH & formation

DUREE 24h avec un

rythme prédéfini à la carte

DELAI D'ACCES 2 à 6

semaines selon l'accord de prise en charge

##### MODALITES SUIVI &

EVALUATION projet

professionnel

VALIDATION Attestation de

fin de formation

Personne en situation de

handicap, afin d'adapter la

formation à votre situation,

contactez 05 56 89 16 04

[formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

# 4/ EXEMPLES DE FORMATION SUR MESURE

## LE TECHNIQUE

### VENDRE PRODUITS, SERVICES HYDRAULIQUE & PNEUMATIQUE

#### PUBLIC

Toute personne au service technique

#### MOYENS DE CONTRÔLE

Entretien préalable

Evaluation des acquis par

Quizz de compétences

PRE-REQUIS aucun

MODALITES présentiel, à distance ou mixte

#### METHODE PEDAGOGIQUE

Classeur de fin de formation

Alternance d'exercices pratiques et théorie

#### EQUIPE PEDAGOGIQUE

Formateur qualifié expert en oléo hydraulique

DUREE 40h avec un

rythme prédéfini à la carte

DELAI D'ACCES 2 à 6

semaines selon l'accord de prise en charge

#### MODALITES SUIVI &

EVALUATION projet

professionnel

VALIDATION Attestation de fin de formation

Personne en situation de handicap, afin d'adapter la

formation à votre situation,

contactez 05 56 89 16 04

[formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

#### Objectifs :

- Savoir vendre un produit et service technique oléo hydraulique, pneumatique
- Initiation aux fonctions des composants
- Sécurité et hydraulique
- Connaître les obligations réglementaires des composants
- Identifier les bons interlocuteurs selon les environnements
- Connaissance du vocabulaire technique

#### Contenu :

- **MODULE 1** : Hydraulique de base : où trouver un système hydraulique ? L'hydraulique, c'est quoi ? L'hydraulique, pourquoi ?
- **MODULE 2** : Hydraulique & sécurité : risques liés à l'hydraulique - sensibilisation aux risques liés à l'hydraulique - les liquides hydrauliques - les dangers
- **MODULE 3** : Les différents composants et vocabulaire associé : flexible, huile, accumulateur, distributeur, filtre, soupape, pompe, vérin, moteur
- **MODULE 4** : Abécédaire des marques hydraulique et pneumatique
- **MODULE 5** : Les différents interlocuteurs par environnement

#### Tarif :

INTRA ou INTER  
1380€ HT/pers

**Financement :**  
OPCO & autre  
financeur



# 5/ EXEMPLES DE FORMATION SUR MESURE – LE TECHNIQUE

## LES ETUDES HYDRAULIQUES - APPLICATIONS OLEO HYDRAULIQUES

### Objectifs :

- Acquérir la méthodologie des affaires hydrauliques
- Analyser le cahier des charges clients
- Procéder aux recherches des éléments de l'étude
- Déterminer les choix des composants
- Construire une proposition technique
- Informer et expliquer la solution préconisée
- Assurer le suivi du système

### PUBLIC

Toute personne sur un poste technique

### MOYENS DE CONTRÔLE

Entretien préalable

Evaluation des acquis par

Quizz de compétences

### PRE-REQUIS

Connaître les fondamentaux de l'hydraulique

### MODALITES

Présentiel sur site client

### Contenu :

#### 1/ Prise en compte de la demande client

- Recueillir les informations nécessaires pour une étude réussie
- Elaboration d'un guide de prise en compte suivant type de besoin

#### 2/Organisation de l'étude

- Choisir l'architecture du système la mieux adaptée
- Définir les partenaires et fournisseurs techniques et commerciaux
- Classer et partager les informations du dossier
- Elaboration d'une procédure d'étude

#### 3/ Choisir les composants

- Utilisation des catalogues composants
- Mise en avant des informations techniques importantes
- Comparer les composants de différentes marques
- Choisir les composants adaptés aux besoins
- Elaboration d'un guide de sélection des différents produits

#### 4/Etudes de cas

- Etude de centrales hydrauliques industrielles
- Etude de machines mobiles
- Amélioration des performances machines
- Rajout de fonctions sur une machine existante
- Le tuyautage sur site
- La mise en route et la consignation
- La dépollution d'une machine
- Passage de la machine en huile bio
- Proposer une solution de maintenance
- Préparer l'intervention d'un technicien (diag, test, montage...)
- Améliorer la filtration d'un système
- Autres cas fréquemment rencontrés

#### 5/ suivi avant et après réalisation

- Après l'étude : Faire un chiffrage / Rédiger une offre client / Enregistrer et préparer la commande / Récupérer les informations et les modifications après mise en route
- Après mise en route : Récupérer les informations et les modifications après mise en route / Elaborer un dossier interne / Elaborer un dossier client / La réception finale avant facturation / Le classement et Partage du dossier

#### Tarif :

INTRA ou INTER  
1 690€ HT/pers

**Financement :**  
OPCO & autre  
financeur

### METHODE PEDAGOGIQUE

Classeur de fin de formation

Alternance d'exercices pratiques et théorie

### EQUIPE PEDAGOGIQUE

Formateur qualifié expert en oléo hydraulique

**DUREE 210h** avec un

rythme prédéfini à la carte

**DELAI D'ACCES 2 à 6**

semaines selon l'accord de prise en charge

### MODALITES SUIVI &

EVALUATION projet

professionnel

**VALIDATION** Attestation de fin de formation

Personne en situation de handicap, afin d'adapter la formation à votre situation, contactez 05 56 89 16 04  
[formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

## L'EQUIPE

Cap e-Go conçoit des modules de formation flexibles et ajustables qui tiennent compte des objectifs, besoins spécifiques, autonomie de travail des bénéficiaires. Ces formations dispensées en présentiel, sont animées par des experts interne ou externe, spécialistes des thèmes abordés; et ce dans un état d'esprit fait de bienveillance, de partages d'expériences et de bonnes pratiques.

- Référent : expert hydraulique
- Sous-traitant formation technique 100% sur mesure

Jean-  
Claude M



- Référente : administrative, pédagogique, technique
- Bilan de compétences & formation sur mesure
- Référente handicap

Nathalie  
Dallet



## LES RESSOURCES, LES OUTILS

Formules flexibles et ajustables qui tiennent compte des objectifs, besoins spécifiques, autonomie de travail

- Questionnaires, tests, quizz : Intérêts & motivations, soft skills, évaluations
- Enquêtes & fiches métiers
- Partenariats & réseaux : écoles & entreprises
- Plateforme numérique : mooc, tutos...

SUR SITE



E-SALON



WEBCAM



## LES TARIFS 2023/2024

Cap e-Go met en place des parcours de formation 100% sur mesure, en individuel ou en groupe & économique.

*POLITIQUE TARIFAIRE : la libre fixation des prix (article L. 410-2 du code de commerce) : « Les prix des biens, produits et services [...] sont librement déterminés par le jeu de la concurrence ». Toute demande de prestation, notamment au titre de la formation professionnelle continue et selon les dispositions prévues par la loi, fait l'objet d'une réponse écrite comportant quatre documents conformément rédigés : le devis et la convention ou contrat de formation, qui indiquent précisément le coût de la prestation - les conditions générales de vente (CGV) - le programme détaillé de l'intervention proposée.*

### EXEMPLES DE TARIFICATION

MODULE DE FORMATION	Bilan de reconversion	Bilan de compétences	Entretien individuel	Création et gestion de e-learning	Vendre des produits techniques	Etudes hydrauliques
TARIFICATION HT	1 332 €	1 332 €	1 800 €	850 €	1 280 € par module	1 690 € par module

SUR SITE



E-LEARNING



WEBCAM



## CONTACT

N'hésitez pas à prendre contact pour tout renseignement complémentaire, nous restons à votre disposition.

Vous pouvez nous joindre par téléphone : 05 56 89 16 04 par mail ou via nos réseaux sociaux en cliquant sur l'icône correspondant ci-dessous

Et concernant une question relative au handicap, contactez la personne référente : Nathalie Dallet 06 15 38 86 34 [nathalie@capego.fr](mailto:nathalie@capego.fr)

Mail : [formation@capego.fr](mailto:formation@capego.fr)

## SITE INTERNET

Visitez notre site internet et recevez la newsletter

[www.capego.fr](http://www.capego.fr)

Organisme de formation enregistré sous le numéro 72 33 09249 33 auprès du préfet de Région Nouvelle Aquitaine

Suivez Cap e-Go sur les réseaux et donnez votre avis sur google, votre témoignage est important pour ceux qui cherchent à s'orienter ou s'insérer ! Merci

Restons en lien, suivez-nous sur les réseaux 😊

