

## LES « WEBINAIRES »

Frais de participation  
**offerts**

La formule « Webinaires » : Inutile de se déplacer, vous vous connectez à partir du lieu de votre choix. Chaque participant est présent par écran interposé, à une date et une heure préalablement fixée, en constante interactivité avec l'intervenant et avec les autres participants → **Pré-requis : avoir une liaison internet de qualité**

### Initiation à la comptabilité libérale

**Public :** Nouveaux installés BNC et nouveaux adhérents BNC passant du régime du micro au régime du réel (déclaration contrôlée)

**Objectif :** Connaître les principes de la comptabilité tenue en Recettes - Dépenses (organisation, obligations légales, enregistrement ...)

#### Programme

- Faire le point sur vos obligations légales en matière de tenue de comptabilité et mettre en place une organisation comptable efficace et sécurisée au plan fiscal
- Acquérir les notions essentielles sur la tenue de la comptabilité : journaux / pièces chronologie / écritures comptables / règles relatives à la TVA / justifications, rapprochement bancaire
- Focus sur les dépenses mixtes, les dépenses forfaitaires, les immobilisations et amortissements, les frais de déplacements, les cotisations sociales obligatoires et facultatives ...

### Des outils pour la gestion financière de votre activité...

#### 1 Le tableau de bord

**Un outil pour éviter les risques inutiles...**

- Fixer des objectifs pertinents pour votre entreprise
- Mesurer les actions mises en place et progresser
- Prendre des décisions en situation d'incertitude

#### 2 Le plan de trésorerie

**Un outil indispensable, voire obligatoire, pour...**

- Anticiper la trésorerie et ne pas être pris au dépourvu
- Communiquer et négocier avec le banquier
- Disposer d'un outil de prise de décisions réfléchies

#### 3 Evaluer les risques financiers de l'entreprise

**Un outil simple et des renseignements pour...**

- Identifier et maîtriser les risques financiers de votre entreprise
- Comprendre la lecture du bilan de votre entreprise par le banquier pour mieux négocier
- Analyser et estimer les risques financiers pour vous rassurer

#### 4 Obtenir de l'argent de votre banquier

**Des outils et une méthode pour...**

- Intégrer le langage « banquier »
- Connaître les règles nécessaires pour bien négocier
- Maîtriser les 3 outils indispensables pour obtenir de l'argent

Intervenant Jean-Paul TRETON  
EUROPTIMA

#### A DISTANCE

21 lundi  
MARS  
OU

27 lundi  
JUN  
de 13h à 15h

Intervenant :  
Edouard CHAUVET

#### 1 A DISTANCE

8 mardi  
MARS  
de 16h à 18h  
OU

28 jeudi  
AVRIL  
de 19h à 21h

#### 2 A DISTANCE

17 jeudi  
MARS  
de 16h à 18h  
OU

14 mardi  
JUN  
de 19h à 21h

#### 3 A DISTANCE

19 mardi  
AVRIL  
de 16h à 18h  
OU

23 jeudi  
JUN  
de 19h à 21h

#### 4 A DISTANCE

17 mardi  
MAI  
de 19h à 21h  
OU

7 jeudi  
JUILLET  
de 16h à 18h

**NOUVEAUTÉ 2022**

### Des ateliers pour la gestion de votre équilibre...

#### 1 Ecouter et accepter ses émotions

**Pour en faire une force ...**

- Identifier la source de nos comportements face à l'émotion
- Découvrir le besoin qui se cache derrière l'émotion, à partir des 4 principales (joie / colère / peur / tristesse) et pourquoi il faut combler ce besoin
- Inventorier les techniques d'évitement des émotions qui font que nous ne les acceptons pas, ou, pire que nous les refoulons
- Pratiquer des exercices physiques et respiratoires pour reconnaître et évacuer les émotions perturbatrices

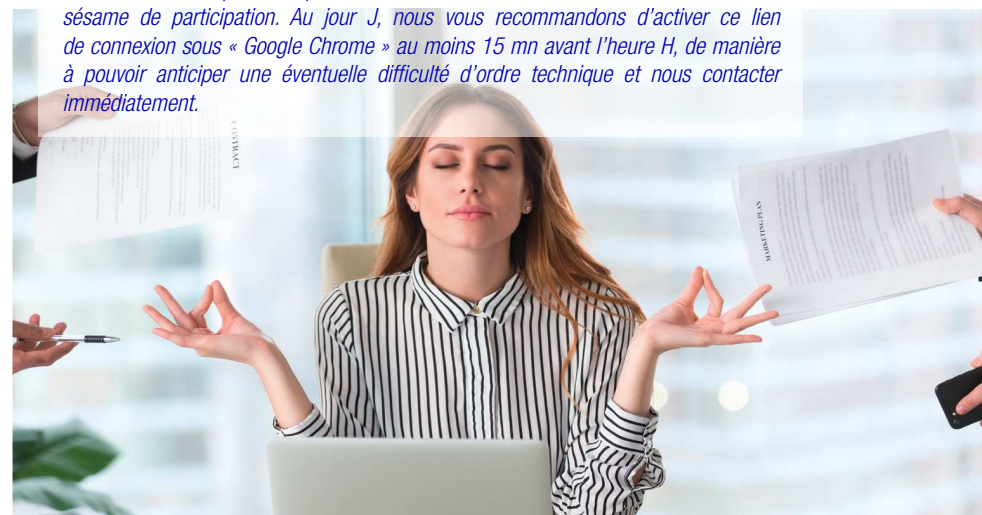
#### 2 Mettre en place votre gestion du stress

**Et poser les bases d'une journée équilibrée**

- Analyser la charge négative du mot « stress » et en découvrir les manifestations
- Comprendre le rôle de l'exercice physique et du sommeil pour un bon équilibre
- Appréhender les principes essentiels d'une alimentation ressourçante
- Expérimenter quelques exercices pour mieux équilibrer vos journées et les vivre pleinement

**CONTACTEZ :** Claudine LE GUERNEVÉ - [c.leguerneve@aramplla.com](mailto:c.leguerneve@aramplla.com)  
qui vous fournira la marche à suivre pour ne pas manquer votre rendez-vous !

**En pratique :** Quelques jours avant le webinaire, vous recevrez par mail toutes les instructions ainsi que l'indispensable lien de connexion : conservez-le, c'est votre sésame de participation. Au jour J, nous vous recommandons d'activer ce lien de connexion sous « Google Chrome » au moins 15 mn avant l'heure H, de manière à pouvoir anticiper une éventuelle difficulté d'ordre technique et nous contacter immédiatement.



#### 1 A DISTANCE

3 mardi  
MAI  
de 14h à 16h  
OU  
10 vendredi  
JUN  
de 9h à 11h

Intervenante :  
Françoise VIDAL-FERRANDES

#### 2 A DISTANCE

17 mardi  
MAI  
de 14h à 16h  
OU  
17 vendredi  
JUN  
de 9h à 11h