



2026

CATALOGUE DE FORMATIONS

Confiez-nous votre projet de formation, vous serez accompagnés par nos formateurs experts. Formez-vous grâce à nos parcours de formations personnalisés.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTION DE FORMATION

Responsable pédagogique :

Raphael AMSELLEM

01 42 85 20 55

raphael@poros-formation.fr



QUI SOMMES-NOUS ?

Poros est un organisme spécialisé dans la formation professionnelle. Vous souhaitez booster vos compétences ? Changer de métier ? Poros vous offre un panel de formations personnalisées.

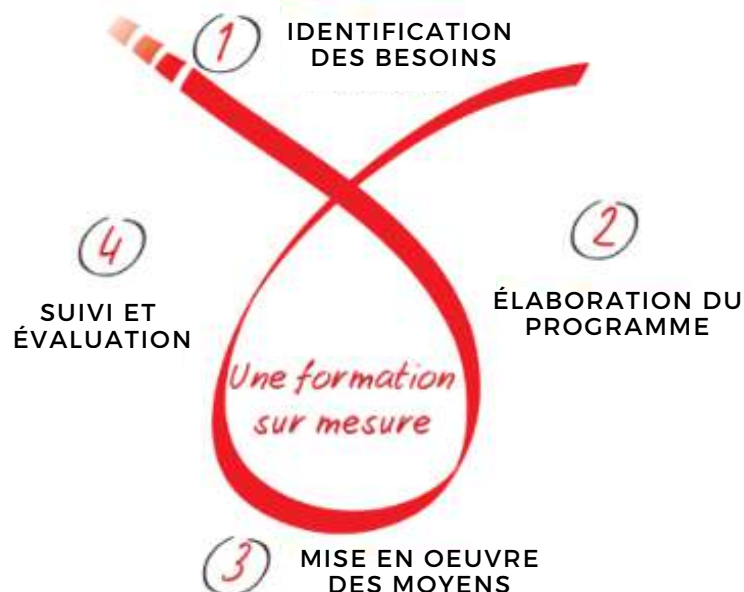
LES ATOUTS DE POROS

Poros bénéficie d'une véritable équipe de formateurs experts, hautement diplômés. Ces consultants ont derrière eux une longue expérience acquise dans les entreprises les plus performantes. Ils ont été rigoureusement sélectionnés pour leurs connaissances pointues dans des domaines spécialisés.

- Une démarche de formation professionnelle
- Des intervenants qualifiés, et expérimentés
- Des formations sur mesure
- Le digital au cœur de l'entreprise



NOTRE APPROCHE



NOS FORMATIONS



WEB - MARKETING
DIGITAL



LANGUES



BUREAUTIQUE



ASSURANCES



IMMOBILIER



HYGIÈNE &
SÉCURITÉ



NOUVELLES
TECHNO - IA -
CYBERSECURITE



INFORMATIQUE



INFOGRAPHIE

Nos formations sont disponibles en présentiel et distance.

NOS FORMATIONS



MANAGEMENT -
GESTION DE PROJET



SOFT SKILLS



COMPTABILITÉ



PAIE ET RH



MARKETING -
COMMERCE - VENTE



RESTAURATION



CAO - DAO



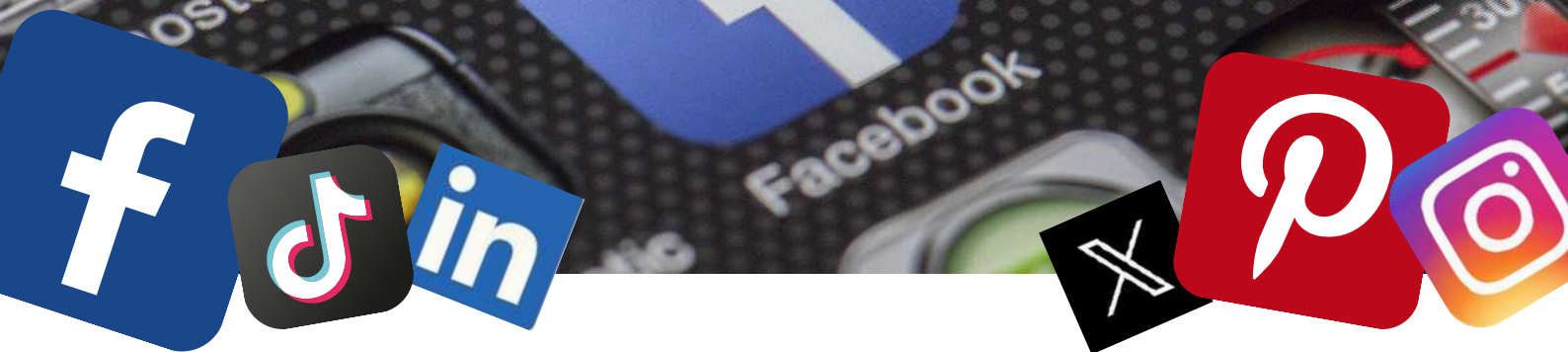
ESTHÉTIQUE - COIFFURE -
MAQUILLAGE - MASSAGE



SANTÉ

Nos formations sont disponibles en présentiel et distance.

**BOOSTEZ VOTRE PRÉSENCE EN LIGNE &
BÉNÉFICIEZ D'UN ACCOMPAGNEMENT 360°**



Gestion des réseaux sociaux

Social Selling

Gestion de la e-Réputation

**Campagnes Social Media
(Google Ads, Meta, ...)**

Web marketing

**WORDPRESS – Initiation –
Intermédiaire – Perfectionnement**

**Création et gestion de site vitrine
ou e-commerce**

PRESTASHOP – e-commerce



ANGLAIS



FRANÇAIS/FLE



ALLEMAND



PORTUGAIS



POLONAIS



ITALIEN



RUSSE



JAPONAIS



SUÉDOIS



ARABE



HÉBREU



ESPAGNOL



CHINOIS



GREC



LANGUE DES
SIGNES

Le Cadre européen commun de référence pour les langues (CECRL) définit des niveaux de maîtrise d'une langue étrangère en fonction de savoir-faire dans différents domaines de compétence :



Les formations en langues proposées par Poros sont disponibles pour tout niveau : Initial, intermédiaire, perfectionnement.



MICROSOFT PACK OFFICE



WORD



EXCEL



OUTLOOK



PUBLISHER



POWERPOINT



TEAMS



ONENOTE



ACCESS





**DDA – Directive de
Distribution d'Assurances**

Le courtage

**Les fondamentaux de
l'assurance**

**Assurance emprunteur,
vie des biens**

Information & transparence

Prévoyance



Loi ALUR

Droit et juridique

**Techniques commerciales en
Immobilier**

Bâtiment

Transaction

Fiscalité - Banque

Gestion locative

**Gestion du patrimoine
immobilier**



**Allergène
Étiquetage alimentaire**

**La méthode HACCP
(Hazard Analysis and Critical
Control Points)**

Prévention des risques

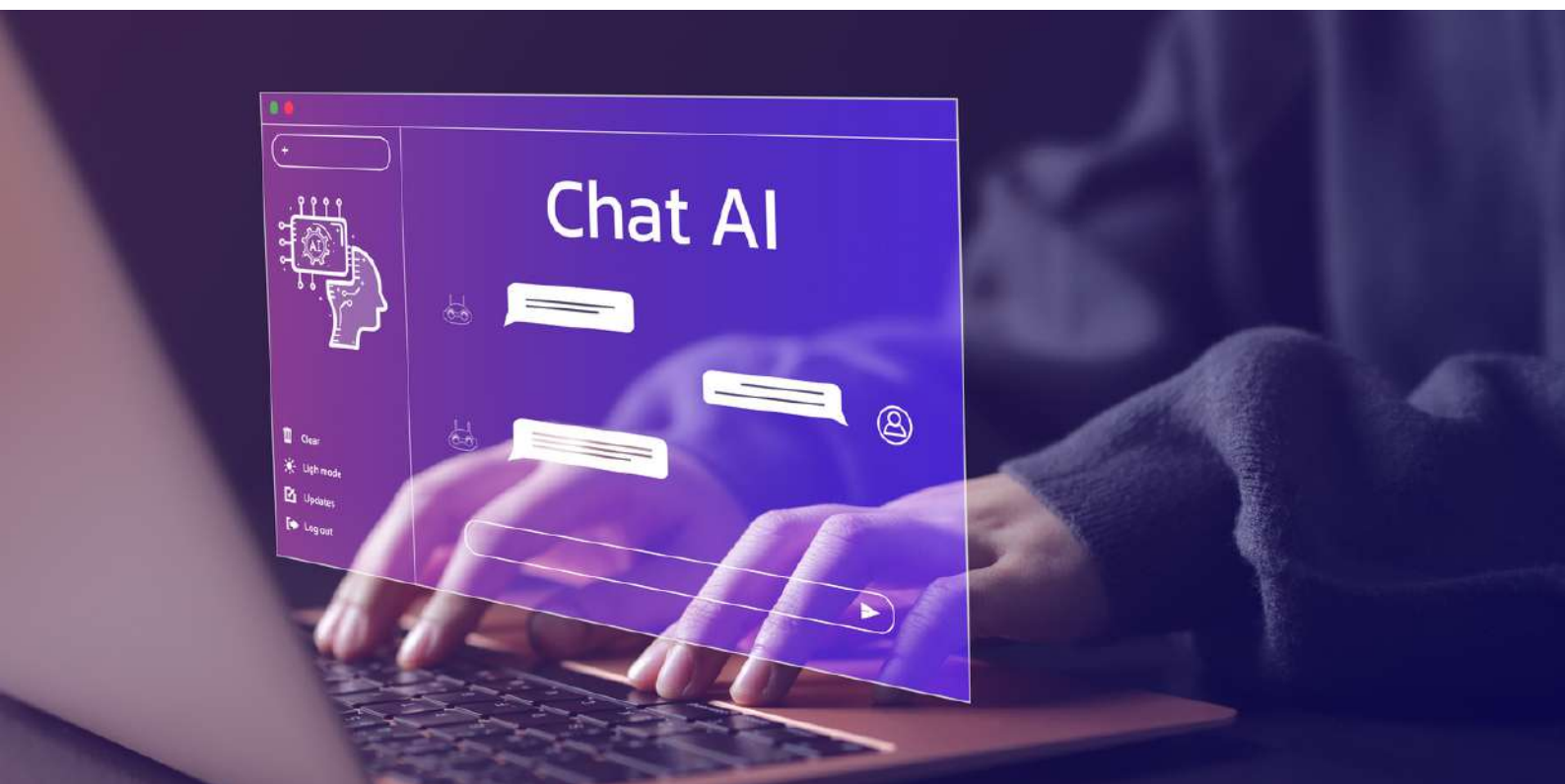
Sauveteur secouriste du travail

Sécurité incendie

Gestes et postures

Habilitation électrique

Accessibilité handicapés



Intelligence Artificielle

Data Analysis

Cybersécurité

Midjourney (IA graphique)

Prompt engineering

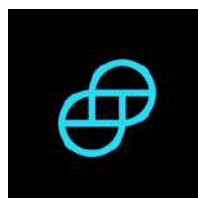
**ChatGPT - Claude - Mistral AI -
Gemini**



Chat GPT



Claude



GEMINI



Mistral AI



CSS3 – Développement web



AUTODESK REVIT BIM



ANGULARJS



JQUERY



JOOMLA



CODEIGNITER



Canva



Sketchup



Autocad



Rhinoceros 3D



Archicad



Management - Gestion de projet

Gestion & résolution des conflits

**Communication et gestion
d'équipe**

Stratégie de développement

Coaching

Méthode Agile

Conduite de réunion

Gestion de la Performance



Personal branding

PNL

Gestion du Stress

Écoute active

Prise de parole en public

Développement personnel

Gestion du Temps

Coaching



Comptabilité

Gestion d'Entreprise

Gestion Financière

Fiscalité

Analyse Financière

Les normes IAS et IFRS



OPEN SOURCE MANAGEMENT SOLUTION



SOLUTIONS DE GESTION



Ressources humaines

Droit du travail

**DSN - Déclaration sociale
nominative**

Pratique de la paie

Logiciel CEGID

Logiciel CIEL



Actions commerciales

Gestion de la Relation Client

Prospection

Techniques de vente

Efficacité commerciale

**Marketing - Marketing
international**

Négociation commerciale

Merchandising



Boulangerie

Pâtisserie

Cuisine

Traiteur

Pizzaiolo

Snacking

Oénologie

Mixologie des cocktails



Phot



Er



After Effects



Premiere Pro



InDesign



Flash



Flash Builder



Illustrator



Dreamweaver



Audition



Coiffure

Balayage et mèches

Chignon

Coloration

Coupes actuelles et classiques

Maquillage mariée

Maquillage permanent

Maquillage

Extension de cils

Microblading

Microneedling

Esthétique

Onglerie

Massage



**AFGSU 2 – Formation aux
gestes et soins d’urgence**

**Nutrition et performance
au travail**

SST

**Les addictions en milieu
professionnel**

Santé Publique et Prévention

Bien-être au travail

**Prévention des risques
psychosociaux**

**Premiers secours en santé
mentale (PSSM)**

ACCOMPAGNEMENT

Nous proposons deux modalités d'apprentissage :

Présentiel

- Formation en face à face ou par groupes de niveau homogènes
- Formation via PC en relation directe avec le formateur via Teams ou Zoom
- Support de Cours adaptés
- Exposés et présentation des concepts abordés
- Exercices pratiques
- Fiche de suivi et d'évaluation de la formation et du formateur

FOAD / E-learning

- Utilisation de modules d'auto-formation
- Exercices pratiques
- Assistance pédagogique au stagiaire par téléphone, e-mail ou sous forme de « chat » ou de hotline téléphonique disponible sur la plateforme eLearning
- Fiches de synthèse permettant de résumer le contenu des modules suivis
- Études de cas afin de valider et de mettre en application les acquis théoriques
- Tests ou Quiz à l'issue de chaque module pour valider les acquis

Les deux modalités peuvent être combinées lors d'un même parcours de Formation (Blended), ce qui permet une plus grande autonomie de l'apprenant pour l'acquisition et l'homogénéisation des connaissances acquises ainsi que pour l'atteinte de ses objectifs et sa montée en compétence.

Formation Blended Learning

Les bénéficiaires des formations assurées par POROS, seront assistés d'une part par le formateur assurant la partie présentielle et d'autre part par le responsable pédagogique de POROS, en charge du suivi des parcours FOAD.

Sur la partie présentielle, les sessions se déroulent aux dates et lieux définis avec le Formateur et permettent un accompagnement effectif du stagiaire in-situ.

Sur la partie e-Learning, le stagiaire dispose à tout moment de l'appui d'un référent et du formateur pour l'accompagner, tout au long de sa formation.

TAUX DE SATISFACTION CLIENT ET NOMBRE DE STAGIAIRES EN 2026





Façonnons l'excellence ensemble et confiez nous votre parcours de formation vers l'expertise.



POROS FORMATION

102 Rue Jean de La Fontaine,
75016 Paris

✉ contact@poros-formation.fr

🌐 www.poros.fr

☎ [01 42 85 20 55](tel:0142852055)

📱 [f](#) [in](#) [@](#) [@poros.formation](#)