

## NOTRE PROGRAMMATION

Animations gratuites

### MARDI 14 SEPTEMBRE, 12H30 À 14H

« *Comment fédérer une communauté avec les bons outils et gagner en visibilité sur internet?* »

Embarquez pour un atelier pratique qui vous permettra d'appréhender le panorama des réseaux sociaux et leurs usages.

Animation : Coach Google - Google Ateliers Numériques

### MARDI 21 SEPTEMBRE, 12H30 À 14H

« *Le B.a.-ba du site web* »

Vous souhaitez vous lancer et créer votre site web? Quels sont les pièges à éviter? Comment réserver un nom de domaine, choisir l'hébergement web adapté, trouver le bon système de gestion de contenu, générer du trafic? Notre expert répondra à toutes vos questions.

Animation : Eric Garletti - Atpicom

### JEUDI 23 SEPTEMBRE, 12H30 À 14H

« *Les trois clés pour développer votre visibilité en business* »

Développer sa communication digitale sans s'épuiser? Découvrez les clés pour booster votre visibilité et toucher plus de clients potentiels grâce à une stratégie marketing authentique. Nous aborderons le personal branding, les bonnes pratiques sur les réseaux sociaux et les multiplicateurs de visibilité.

Animation : Florence Chazarenc - Sparkle Marketing Solutions

### LUNDI 27 ET MARDI 28 SEPTEMBRE, 9H À 17H

FORMATION START 1<sup>ERES</sup>

Une formation intense pour tester votre profil d'entrepreneur.se et ainsi confirmer votre projet. Deux jours pour découvrir toutes les étapes de la création d'entreprise grâce à des ateliers pratiques, théoriques et des témoignages d'entrepreneurs.

Animation : Laurence Cassot - Les Premières Nouvelle-Aquitaine

### JEUDI 7 OCTOBRE, 9H30 À 12H30

« *La trésorerie pour les nuls* »

Grâce à cette matinée vous apprendrez à déterminer et évaluer les indicateurs financiers essentiels afin de mieux gérer votre entreprise.

Animation : Philippe Wagner - pwexpertisecomptable

### JEUDI 21 OCTOBRE, 12H30 À 14H

« *Concilier vie professionnelle et vie personnelle* »

La charge mentale, le "toujours plus", le syndrome de Shiva, ça vous dit quelque chose? Venez échanger pour mieux concilier vos temps de vie entre travail, famille et loisirs. Une considération indispensable si vous souhaitez vous lancer dans l'entrepreneuriat.

Animation : Angèle Grezil - CIDFF

### MARDI 9 NOVEMBRE, 9H À 12H30

« *Business Model You* »

Le Business Model You vous permettra de découvrir vos potentiels de création : Vous, vos centres d'intérêt, vos compétences, votre personnalité.

Animation : Laurence Cassot - Les Premières Nouvelle-Aquitaine

### MARDI 16 NOVEMBRE, 12H30 À 14H

« *Comment créer une page Facebook professionnelle?* »

La création d'une page facebook pro n'aura bientôt plus de secret pour vous! Comment se situe-t-elle par rapport aux autres réseaux sociaux? Quelle est son utilité pour un professionnel? Comment l'optimiser et s'initier aux groupes et à la publicité? En bonus : une boîte à outils pour le community manager en devenir!

Animation : Céline Afonso-Tirel - Belle & Hugo

### JEUDI 18 NOVEMBRE, 9H À 12H30

« *Business Model Canvas* »

Le Business Model Canvas est l'outil qui vous permet de projeter la manière dont votre entreprise va gagner de l'argent, ce que vous allez vendre, à qui et comment, et quels en seront les bénéficiaires.

Animation : Laurence Cassot - Les Premières Nouvelle-Aquitaine

### LUNDI 29 ET MARDI 30 NOVEMBRE, 9H À 17H

FORMATION START 1<sup>ERES</sup>

Une formation intense pour tester votre profil d'entrepreneur(e) et ainsi confirmer votre projet. Deux jours pour découvrir toutes les étapes de la création d'entreprise grâce à des ateliers pratiques, théoriques et des témoignages d'entrepreneurs.

Animation : Laurence Cassot - Les Premières Nouvelle-Aquitaine

### JEUDI 2 DÉCEMBRE, 12H30 À 14H

« *#Jesuisremarquable : Apprenez à le dire* »

Vous est-il déjà arrivé de dire "Je suis remarquable parce que..."? Pendant cet atelier unique et surprenant nous vous accompagnons sur les chemins de la valorisation personnelle et de la confiance en soi, et vous proposons de défaire quelques idées reçues pour vous emmener toujours plus loin dans votre développement professionnel.

Animation : Coach Google - Google Ateliers Numériques

### JEUDI 9 DÉCEMBRE, 12H30 À 14H

« *Gestion du stress et optimisation du potentiel professionnel* »

Vous voulez apprendre à contrôler votre stress, à gérer vos émotions et votre fatigue? Vous souhaitez vous redynamiser, préparer un projet pour être à votre niveau optimum? Expérimentez les Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP) créées et utilisées dans le milieu militaire et opérationnel.

Animation : Bernard Cayol - Global Sport Concept

Mais aussi :

PERMANENCES  
PREMIÈRES

Sur rendez-vous

Vous avez une idée de création d'entreprise ou vous êtes prêt à vous lancer? Venez prendre des infos auprès de notre consultante Premières.

LES PREMIÈRES  
NOUVELLE-AQUITAINE



LA CANOPÉE  
Espace de travail collaboratif  
GRADIGNAN

Contact : Marion SENA  
15 place Bernard Roumégoux  
33170 Gradignan, à gauche de l'église  
Tél. : 05.56.84.21.76 - [msena@ville-gradignan.fr](mailto:msena@ville-gradignan.fr)  
[www.facebook.com/CanopeeGradignan](https://www.facebook.com/CanopeeGradignan)  
[www.lacanopee.ville-gradignan.fr](http://www.lacanopee.ville-gradignan.fr)