ASSAPROL
ASSOCIATION AGRÉÉE DES PROFESSIONS LIBÉRALES DU BASSIN DE L'ADOUR

cegecoba
Centre de Gestion Agréé

Adresse postale : 10 Allée des Bois de Florence 64600 ANGLET
www.assaprol.com - Tél : 05.59.57.75.95
www.cegecoba.com - Tél : 05.59.03.25.25

Madame, Monsieur,

Vous trouverez ci-dessous le programme des webinaires gratuits que nous vous proposons de septembre à décembre 2025.

Vous pouvez vous inscrire par retour de mail (cliquer sur le bouton orange) ou de courrier en indiquant votre choix de webinaire et la date retenue. Les inscriptions sont enregistrées dans l'ordre d'arrivée des bulletins.

Quelques jours avant le webinaire, vous recevrez un mail avec un lien pour vous connecter.

D'autre part, l'Assaprol Cegecoba vous envoie des vidéos d'information accompagnées de newsletter, vous pouvez également les consulter en allant sur notre site, onglet documentation, vidéos (durée de 5 à 10 minutes).

Nous restons à votre disposition pour toute information complémentaire.

Cordialement.

La Direction
Patricia MINABERRY

Mardi 09/09/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Soyez prêts pour la facturation électronique !</u>** *Pour les indépendants, maîtriser la mise en place de la facturation électronique. Adapter ses process, son organisation* *- Qu'est-ce qu'une facture électronique ?* *- Qui est concerné et quand ?* *- Quelles procédures et outils pour émettre une facture* *- Quelles procédures et outils pour recevoir une facture* *- Avantages clés de la facturation électronique* *- Présentation de solutions : quels sont les formats ?* *- Comment s'y préparer ?*	**S'inscrire pour le mardi 09/09/2025**
Mardi 16/09/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Les SCPI ou " Pierre papier " : un choix judicieux pour diversifier et sécuriser votre patrimoine</u>** *Comprendre le fonctionnement et la fiscalité des SCPI (Société Civile de Placement Immobilier) afin de les adapter à sa situation patrimoniale* *- Qu'est-ce qu'une SCPI ou autrement dit " Pierre papier "* *- Ses caractéristiques* *- Les critères de sélection et comparaison d'une SCPI*	**S'inscrire pour le mardi 16/09/2025**
Vendredi 19/09/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Connaissez-vous les TOP (Techniques d'Optimisation de Potentiel) pour être plus performant au quotidien ?</u>** *Découvrir et expérimenter des techniques issues de la psychologie, de la performance et de la préparation mentale pour mieux gérer son énergie, son attention et ses ressources au quotidien* *- Les Principes de l'Optimisation de Potentiel* *- Les techniques de Gestion de l'Énergie Physique : dans la performance quotidienne, pour maintenir une énergie*	**S'inscrire pour le vendredi 19/09/2025**

	constante, les micro-pauses, la gestion de la respiration. *- Techniques d'Optimisation de la Concentration et de l'attention :* ** La méthode Pomodoro* ** L'ancrage mental pour se recentrer rapidement* *- Gérer le Mental et les Pensées pour Libérer le Potentiel :* ** Re-cadrage mental : transformer les pensées négatives en moteurs de motivation.* ** Dialogue interne positif : développer des affirmations pour renforcer la confiance en soi*	
Lundi 22/09/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>La facturation : les règles et pièges à éviter !</u>** *Préciser les règles applicables en matière de facture pour assurer leur validité et conformité* *- Quand doit-on délivrer une facture ?* *- Les mentions obligatoires pour la validité de vos factures (les particularités relatives à la TVA, les prestations de services…)* *- Les règles en matière de numérotation* *- Facture papier ou facture électronique, le calendrier de la facturation électronique (la notion de PDP)* *- La conservation des factures : durée, mode de stockage*	**S'inscrire pour le lundi 22/09/2025**
Vendredi 26/09/2025 13h30 - 14h45 **Gratuit**	**<u>Facebook et Instagram : gérez les deux facilement pour gagner du temps !</u>** *Savoir qui utilise FB et Instagram en France en 2025.* *Connaître les principales fonctionnalités de FB + Instagram.* *Savoir faire la distinction entre une page et un profil sur FB.* *Comprendre les principaux avantages des pages FB.* *Comprendre les principaux avantages des comptes Pro Instagram. Savoir comment fonctionne la Meta Business Suite.* *Avoir un premier aperçu de la publicité ciblée.* *- État des lieux de l'utilisation des réseaux sociaux en France* *- Profil / Page / Compte Perso / Compte Pro* *- Comment bien utiliser son profil Facebook ?* *- Comment connecter les 2 : Facebook + Instagram* *- La Meta Business Suite pour gérer les 2 en même temps* *- La publicité ciblée*	**S'inscrire pour le vendredi 26/09/2025**
Jeudi 02/10/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>La SCI à l'Impôt sur les Sociétés, une alternative à l'imposition des revenus fonciers !</u>** *Vous permettre de choisir l'IS comme alternative à l'imposition coûteuse des revenus fonciers* *- Les différences entre les 2 régimes d'imposition lors de la perception des revenus :* ** Détermination du résultat* ** Les amortissements* ** Comparaison des taux d'imposition* *- Les conséquences et différences lors de la vente des biens :* ** Taxation de la plus-value* ** Cas d'exonération* *- Tableau comparatif*	**S'inscrire pour le jeudi 02/10/2025**
Mercredi 08/10/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Entreprenez sans vous épuiser !</u>** *Fournir aux indépendants des stratégies et des techniques concrètes pour maintenir un équilibre entre leur vie professionnelle et personnelle* *- Définition et importance de l'entrepreneuriat équilibré* ** Définition de l'entrepreneuriat sans épuisement* ** Importance de l'équilibre dans les différentes sphères de*	**S'inscrire pour le mercredi 08/10/2025**

	la vie. *- Les risques de l'épuisement professionnel* ** Causes de l'épuisement professionnel* ** Symptômes de l'épuisement professionnel* *- Les 10 techniques pour entreprendre sans s'épuiser* *- Les bienfaits de l'entrepreneuriat équilibré* ** Réduction du stress et de l'anxiété* ** Meilleure gestion des émotions et des défis quotidiens* *- Les ressources et lectures recommandées*	
Mardi 14/10/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Maternité, arrêt de travail, invalidité, décès : quels sont vos droits ?</u>** *Commerçants, artisans, professions libérales : identifier les droits auxquels vous pouvez prétendre dans les cas de maternité, arrêt de travail, invalidité, décès (règles de base des indemnités* *- La protection sociale : comment ça marche dans le régime obligatoire ?* *- Les principes de calcul des indemnités journalières (régime obligatoire) : base, montant, durée ?* *- Compléter la protection sociale des régimes obligatoires ? Pourquoi ? Comment ?*	**S'inscrire pour le mardi 14/10/2025**
Mardi 21/10/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Développez votre intelligence émotionnelle, c'est bon pour vous et pour les affaires !</u>** *S'ouvrir à une nouvelle façon de voir permettant d'accompagner le changement* *L'intelligence émotionnelle, les 4 leviers du changement :* *- S'initier à la conscience de soi* *- Développer la maîtrise de soi* *- S'ouvrir à de nouveaux schémas de pensée, trouver la motivation* *- Poser la bienveillance relationnelle*	**S'inscrire pour le mardi 21/10/2025**
Mardi 28/10/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Votre retraite : mode d'emploi (Commerçants, Artisans, Professions Libérales, Salariés)</u>** *Connaître le montant de sa retraite* *- Panorama de l'épargne retraite* *- De quoi est composée la retraite ?* *- Calcul de la retraite de base selon le régime* *- Calcul de la retraite complémentaire* *- Les retraites supplémentaires* *- Calcul de la seconde retraite après CER (Cumul Emploi Retraite)*	**S'inscrire pour le mardi 28/10/2025**
Jeudi 06/11/2025 13h30 - 14h45 **Gratuit**	**<u>Comment gagner de la clientèle grâce à Linkedin ?</u>** *Connaître les principales fonctionnalités de LinkedIn. Savoir faire la distinction entre une page et un profil sur LinkedIn. Comprendre les principaux avantages des pages LinkedIn. Connaître les avantages du LinkedIn Premium. Utiliser l'outil de recherche avancée. Avoir un premier aperçu de la publicité ciblée* *- Présentation de LinkedIn en quelques chiffres clés* *- Comment utiliser son profil LinkedIn?* *- Comment prospecter avec la recherche avancée ?* *- Les fonctionnalités "Premium" : quelle utilité ?* *- Comment utiliser sa page d'entreprise sur LinkedIn ?* *- La publicité ciblée sur LinkedIn*	**S'inscrire pour le jeudi 06/11//2025**
Vendredi 14/11/2025 14h - 15h	**<u>L'IA et vous : comment l'Intelligence Artificielle peut résoudre vos défis quotidiens ?</u>** *Illustrer comment l'IA peut être utilisée pour résoudre des problèmes spécifiques dans les petites entreprises. Fournir*	

Gratuit	*des exemples pratiques et des outils d'IA adaptés aux TPE. Utiliser les IA génératives de type ChatGPT : formez-vous à l'art du prompting* *- Identifier les défis courants des TPE* *- Solutions d'IA : exemples concrets d'outils et de méthodes* *- Mise en œuvre de l'IA : comment le prendre en main* *- Discussion interactive : répondre aux préoccupations et partager des expériences*	**S'inscrire pour le vendredi 14/11//2025**
Jeudi 27/11/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>La SCI (Société Civile Immobilière) : un outil pour constituer votre patrimoine immobilier professionnel et personnel et le transmettre</u>** *Analyser l'utilité d'une SCI dans la constitution et la transmission du patrimoine immobilier (professionnel et personnel)* *- Les avantages et inconvénients de la détention de biens immobiliers par une SCI* *- Détention en commun : les associés* *- Détermination du bénéfice* *- Choix du régime fiscal* *- La transmission* *- Le formalisme juridique*	**S'inscrire pour le jeudi 27/11/2025**
Jeudi 04/12//2025 14h - 15h15 **Gratuit**	**<u>Optimisez votre fiscalité grâce au démembrement immobilier</u>** *Expliquer la notion de démembrement : usufruit et nue-propriété. En comprendre l'utilisation du point de vue fiscal* *- Définition du démembrement* *- Les différents types de démembrements (subi, voulu…)* *- Les différents types d'usufruit (viager, à durée fixe …)* *- Le démembrement d'un immeuble* *- A quoi peut servir un démembrement ? lors de la détention du bien, lors de la succession*	**S'inscrire pour le jeudi 04/12/2025**
Mardi 09/12/2025 14h - 15h **Gratuit**	**<u>Les stratégies et bonnes pratiques pour optimiser la transmission de votre patrimoine</u>** *Connaître les principaux outils permettant de protéger ses proches* *- Quels outils sont à ma disposition (testaments, assurance-vie, régimes matrimoniaux) ?* *- Comment les utiliser à bon escient ?* *- Comprendre la fiscalité en cas de transmission*	**S'inscrire pour le mardi 09/12/2025**

Si vous vous inscrivez par courrier, veuillez indiquer votre choix de webinaire et nous indiquer votre adresse mail.

Veuillez me retirer de votre liste de diffusion