



ARAPL
Ile de France

1^{ER} SEMESTRE 2024

PROGRAMME DE FORMATIONS



Organisme Mixte de Gestion Agréé des Professionnels Indépendants



**Accompagner, sécuriser,
former les libéraux,
notre métier depuis 1978**

“

Depuis plus de 45 ans l'ARAPL Ile-de-France est à vos côtés pour vous accompagner et répondre à vos attentes.

Notre expérience et notre connaissance unique du monde libéral nous permet de nous adapter à vos besoins et spécificités.

Pour cela, vous trouverez dans notre programme, élaboré en partenariat avec l'ORIFF-PL Paris Ile-de-France, une offre de formations permettant à chacun d'enrichir et d'améliorer ses compétences et les performances de son entreprise libérale.

Animées par des professionnels experts, ces réunions seront également l'occasion d'échanger et de partager entre professionnels libéraux dans une ambiance à la fois studieuse et conviviale.

Cette année, 7 nouveaux thèmes ont vu le jour, notamment :

- 2 jours pour créer votre site internet
- Développer ses performances grâce à l'autohypnose...

Venez vite les découvrir !

Nous vous attendons toujours plus nombreux, et vous remercions de la confiance que vous témoignez chaque année à l'ARAPL Ile de France.

”

M. Hubert STRAUSS
Président

Pour identifier les formations, voici la légende:

Présentiel **P** et Webinaire **W**

Ce programme de formations est établi pour le premier semestre 2024.

EN TANT QU'ADHÉRENT VOUS BÉNÉFICIEZ

DE 2 JOURNÉES DE FORMATIONS GRATUITES, PAR ANNÉE CIVILE, PROPOSÉES PAR L'ARAPL ÎLE DE FRANCE



- Examen de Conformité Fiscale (ECF)
- Retraite et dispositifs immobiliers
- Loueur en Meublé Non Professionnel (LMNP)
- Bureautique sur windows : excel initiation
- Bureautique sur windows : excel perfectionnement
- Communication non violente
- Avoir confiance en soi et s'affirmer dans les relations professionnelles
- Apprendre à apprendre
- Nouveau statut de l'Entrepreneur Individuel
- Spécificités fiscales et sociales des artistes auteurs

NOUVELLES FORMATIONS

- Arrêt de travail, accident, décès...
- Tout savoir – enfin – sur la retraite
- Trouver de nouveaux clients
- Gérer ses supports de communication avec Canva
- Créer et optimiser son profil LinkedIn
- Développer ses performances grâce à l'auto-hypnose

NOUVELLE FORMATION EXCLUSIVE (payante)

- Deux jours pour créer votre site internet

Retrouvez nos nouvelles dates et nos prochains thèmes sur le programme à venir.

+ DE 2 JOURNÉES DE FORMATIONS, PRISES EN CHARGE PAR LE FIF PL, EN PARTENARIAT AVEC L'ORIFF PL ÎLE DE FRANCE



- Micro-entrepreneur ou déclaration 2035, que choisir ?
- Établir, sécuriser et optimiser sa 2035
- Informatiser sa comptabilité avec le logiciel LARA
- Prévoir sa cessation d'activité
- Tenue de la comptabilité des professions libérales (BNC) non soumises à la TVA
- Tenue de la comptabilité des professions libérales (BNC) soumises à la TVA
- TVA : consolidez vos connaissances pratiques et sécuriser votre déclaration
- Et si l'Intelligence Artificielle faisait votre travail : comprendre l'IA, ses usages et ses dangers

Développement Professions Libérales:

- Réussir le développement de son activité
- Cyber sécurité et protection des données (RGPD)
- Les structures d'exercice en libéral : passer en société ou s'associer
- Innover grâce au Design Thinking
- Lancer sa démarche qualité de vie au travail dans une entreprise libérale
- Prévention sécurité dans votre entreprise libérale
- Céder son cabinet libéral
- Finance verte et finance à impact

Si vous souhaitez participer à davantage de formations, les tarifs sont les suivants :
250 € par jour supplémentaire
ou **125 € la demi-journée.**

CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTIONS

VOUS INSCRIRE

AUX FORMATIONS ARAPL ÎLE DE FRANCE
(2 JOURS GRATUITS)

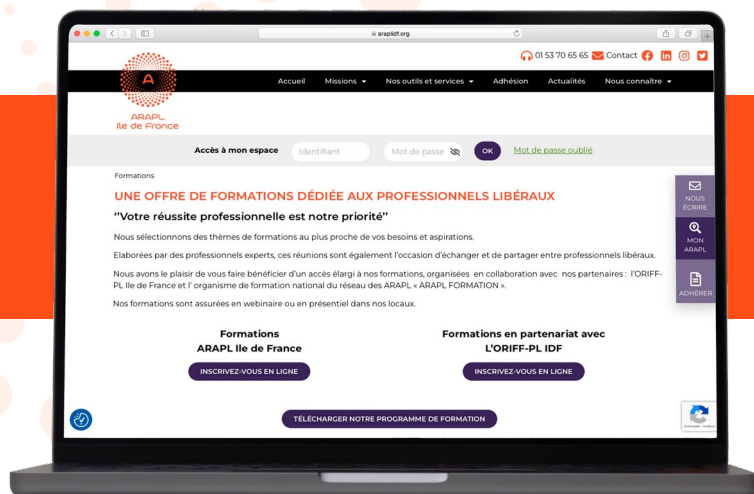
Via notre site
www.araplidf.org

Par courriel
araplidf@araplidf.org

Par téléphone
01 53 70 65 65

avec votre identifiant
et votre mot de passe

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE



+ AUX FORMATIONS EN PARTENARIAT AVEC L'ORIFF PL ÎLE DE FRANCE
(2 JOURS PRIS EN CHARGE PAR LE FIF PL)

onglet « formations » sur notre site
Formations en partenariat avec
L'ORIFF PL IDF

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

PROFESSIONNELS LIBÉRAUX RELEVANT DU FIF PL	
	<p>Aide à l'installation et à la création</p>  <p>Autres formations en partenariat</p>  
Immatriculés depuis - 1 an	<p>5 jours pris en charge par année civile</p> <p>2 jours par année civile, pris en charge par le FIF PL, sans avance de frais ni incidence sur votre budget individuel de formation</p>
Immatriculés depuis + 1 an	<p>2 jours par année civile, pris en charge par le FIF PL, sans avance de frais ni incidence sur votre budget individuel de formation</p>

Information : L'ARAPL IDF et l'ORIFF PL ne disposent pas de lieu de restauration. Les pauses déjeuner se font à l'extérieur et sont à la charge des stagiaires.

1

MICRO-ENTREPRENEUR OU DÉCLARATION 2035 : QUE CHOISIR ?

animée par M. Philippe SZAFIR, expert-comptable



Examiner les régimes fiscaux et sociaux applicables.

- Conditions de seuils des régimes micro
- Aspects sociaux
- Aspects fiscaux
- Régime déclaratif spécial
- Prélèvement fiscal libératoire
- Régime de la déclaration 2035
- Problématique de la TVA

**voir conditions générales d'inscription*

Rendez-vous :

Mardi 6 février
9 h à 12 h 30

W

Lundi 17 juin
9 h à 13 h

P



2

ECF, EXAMEN DE CONFORMITÉ FISCALE

animée par M. René KERAVEL, expert-comptable
et Mme Annabelle GINESTET, Directrice Générale adjointe



Connaître cette nouvelle mission, ses conditions de réalisation et ses avantages.

- Les missions de l'ARAPL et l'examen de conformité fiscale (ECF)
- Les textes, les caractéristiques et la finalité de l'ECF
- Les engagements des parties
- Les avantages pour le contribuable
- Les 10 points de contrôle
- Le compte-rendu de mission

Rendez-vous :

Jeudi 21 mars 2024
15 h à 16 h 30

W

Mardi 26 mars 2024
10 h à 11 h 30

W

Jeudi 18 avril 2024
10 h à 11 h 30

W



3

ÉTABLIR, SÉCURISER ET OPTIMISER SA DÉCLARATION 2035

animée par Mme Olivia JOUANEN, expert-comptable



Faciliter l'établissement de la déclaration professionnelle 2035.

- Rappels des différents régimes d'imposition
- Aspects formels : délais de dépôts, télétransmission
- Rappel des règles générales de présentation et d'élaboration de la 2035
- Présentation des imprimés
- Examen des recettes et dépenses professionnelles
- Frais de véhicules
- Immobilisations, amortissements et plus-values
- Exonération des plus-values
- Crédits et réductions d'impôts professionnels
- Régimes fiscaux particuliers
- Tableaux OG

*voir conditions générales d'inscription

Rendez-vous :

Mercredi 3 avril
14 h à 17 h 30

W

Mardi 23 avril
9 h à 13 h

P



4

INFORMATISER SA COMPTABILITÉ AVEC LE LOGICIEL LARA

animée par l'ARAPL IDF



Gérer efficacement l'ensemble de votre comptabilité. Paramétrer le logiciel en fonction de votre situation professionnelle.

- Installation et paramétrages du logiciel
- Enregistrement des écritures de recettes et dépenses
- Immobilisations
- Documents et Etats comptables
- Assistant de clôture
- Déclaration 2035
- Déclarations de TVA

*voir conditions générales d'inscription

Rendez-vous :

Jeudi 8 février
9 h à 12 h 30

W

Jeudi 4 avril
9 h à 13 h

P



5

PRÉVOIR SA CESSATION D'ACTIVITÉ

animée par Mme Françoise HEAU, expert-comptable


Informez des conséquences de la cessation d'activité.

- Notion de cessation d'activité
- Délais à respecter
- Mode de détermination du revenu
- TVA (sur recettes et immobilisations)
- Immobilisations
- Plus-values/moins-values
- Cotisations sociales : régularisation et délai
- Contribution Économique Territoriale (CET)
- Cumul emploi retraite

*voir conditions générales d'inscription

Rendez-vous :

Mercredi 13 mars
 9 h à 13 h

P

Vendredi 21 juin
 9 h à 13 h

P



6

TENUE DE LA COMPTABILITÉ DES PROFESSIONS LIBÉRALES (BNC) NON SOUMISES À LA TVA

animée par l'ARAPL IDF

Acquérir les connaissances comptables indispensables à la tenue des livres obligatoires.

- Principes généraux comptables
- Tenue du livre-journal
- Enregistrement des recettes et des dépenses
- Recettes, dépenses, apports, prélèvements, virements internes
- Mentions obligatoires sur le livre-journal et déductibilité fiscale d'une dépense
- Dépenses forfaitaires et dépenses mixtes
- Contrôle des écritures comptables
- Mentions obligatoires d'une facture
- Les règles spécifiques : immobilisations, frais de véhicule,
- Les régimes fiscaux : micro-entreprise ou régime réel

Rendez-vous :

Vendredi 29 février
 9 h à 13 h

P



7

TENUE DE LA COMPTABILITÉ DES PROFESSIONS LIBÉRALES (BNC) SOUMISES À LA TVA

animée par l'ARAPL IDF

Acquérir les connaissances comptables indispensables à la tenue des livres obligatoires.

- Principes généraux comptables
- Tenue du livre-journal
- Enregistrement des recettes et des dépenses
- Recettes, dépenses, apports, prélèvements, virements internes
- Mentions obligatoires sur le livre-journal
- Dépenses forfaitaires et dépenses mixtes
- Définitions des dépenses professionnelles
- Contrôle des écritures comptables
- Les règles spécifiques : immobilisations, frais de véhicule,
- Les régimes fiscaux : micro-entreprise ou régime réel

Rendez-vous :

Jeudi 21 mars
 9 h à 13 h

P



8

TVA: PRINCIPES, ÉTABLISSEMENT ET DÉMATÉRIALISATION DE LA DÉCLARATION

animée par Mme Françoise HEAU, expert-comptable



Connaître le champ d'application de la TVA, les obligations comptables et déclaratives liées à cet impôt.

- Champ d'application
- Régime d'imposition et obligations déclaratives
- Dématérialisation des déclarations de TVA et télépaiement
- Remplir sa déclaration de TVA

*voir conditions générales d'inscription

Rendez-vous :

Mardi 14 mai
9 h à 13 h

P



9

ARRÊT DE TRAVAIL, ACCIDENTS, DÉCÈS...

animée par M. Jérôme COQUILLAT, manager de proximité

NOUVEAU



Savoir se poser les bonnes questions : quels sont mes besoins et ceux de mon foyer en cas d'arrêt, de décès ? Être en mesure d'identifier le niveau de couverture actuel. Comment optimiser (contrats, fiscalité...)?

- Comprendre les concept d'indemnités journalières, d'invalidité
- Comment déterminer mes besoins et ceux de mon foyer
- La protection de ma caisse obligatoire
- Les contrats facultatifs : comment choisir le bon contrat, la bonne fiscalité

Rendez-vous :

Vendredi 1 mars
10 h à 11 h

W



10

RETRAITE ET DISPOSITIFS IMMOBILIERS

animée par M. Vincent FRUTIERE, expert conseiller en gestion du patrimoine - ALLIANZ



LES DISPOSITIFS IMMOBILIERS

Appréhender les différents dispositifs immobiliers existants. L'immobilier, un pilier majeur dans toute stratégie patrimoniale.

- Quelques chiffres
- Particularités de l'investissement locatif
- Panorama des principaux dispositifs fiscaux
- Perception de revenus faiblement fiscalisés
- Baisse de la pression fiscale sur une période courte
- Baisse de la pression fiscale sur une période étalée
- Maîtriser l'Impôt sur la Fortune Immobilière (IFI)

Rendez-vous :

Mercredi 6 mars
9 h 30 à 12 h 30

W



LA RETRAITE

Comprendre son fonctionnement dans un contexte mouvant. Quels outils pour la préparer ?

- Quelques chiffres
- Une pyramide à 3 étages pour construire sa retraite
- La réglementation évoluée
- Zoom sur la réforme des retraites

11

LOUEUR EN MEUBLÉ NON PROFESSIONNEL (LMNP)

animée par M. Olivier MEMBRIVES, expert-comptable

Location en meublé non professionnel : un régime fiscal attrayant.

- Présentation des régimes fiscaux
- Intérêts financiers, fiscaux et juridiques du LMNP
- Simulation financière

Rendez-vous :

Mercredi 3 avril
9 h 30 à 12 h 30

P



12

TOUT SAVOIR – ENFIN – SUR LA RETRAITE

animée par M. Jérôme COQUILLAT, manager de proximité

NOUVEAU

Comprendre les mécanismes de la retraite en France. Se poser les bonnes questions pour sa propre retraite. Comment optimiser les régimes obligatoires et facultatifs

- La retraite en France – comprendre les enjeux et les mécanismes obligatoires
- Se poser les bonnes questions
- Calculer sa propre retraite
- Comment l'optimiser ?

Rendez-vous :

Lundi 27 mai
14 h à 15 h 30

W



13 TROUVER DE NOUVEAUX CLIENTS

animée par M. Jean Christophe ROMATET,
consultant formateur en développement commercial

NOUVEAU

Organiser ses actions, sa démarche et sa prospection.

- S'organiser pour réussir sa prospection commerciale
- Prospection par LinkedIn
- Réussir sa prospection téléphonique et prendre RDV
- Réussir sa prospection e-mailing

Rendez-vous :

Jeudi 7 mars
9 h à 17 h 15

W

ARAPL
Île de France

14 GÉRER SES SUPPORTS DE COMMUNICATION AVEC CANVA

animée par M. Jérémie LECLERC, expert informatique

NOUVEAU

Créer rapidement et simplement des visuels pour sa communication.

- La communication digitale incontournable
 - > Quelle image impactante et inspirante pour mon activité ?
 - > Quel public ?
 - > Mon objectif en termes de communication
- Appréhender comment créer rapidement un "visuel" avec CANVA
 - > Ce que l'on peut faire avec Canva, outil en ligne et gratuit en version standard
 - > Brochure, Flyer, Carte de visite
 - > Logo, Réseaux sociaux, site internet
 - > Les différentes fonctionnalités de CANVA
 - > Trouver des visuels de qualité sur les banques d'images ou icônes
- Ateliers pratiques de création avec CANVA

Rendez-vous :

Mercredi 27 mars
9 h 30 à 16 h 30

W

ARAPL
Île de France

15 ET SI L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE FAISAIT VOTRE TRAVAIL : COMPRENDRE L'IA, SES USAGES ET SES DANGERS

animée par Mme Stéphanie SCHMITT, formatrice



Cette formation vous permettra de vous initier à l'IA, à ses usages déjà disponibles et accessibles et à vous interroger sur l'évolution de votre profession et de votre activité.

- Comprendre ce qu'est l'IA
- Comment fonctionne l'IA
- CHAT-GPT un outil révolutionnaire
- Démonstration et usage de différentes IA accessibles sur internet
- Comment bien utiliser les IA : poser des questions
- Les dangers de l'IA
- Est-ce que l'IA va changer votre métier ?

Rendez-vous :

Lundi 22 avril
9 h à 12 h 30

W

ARAPL
Île de Franceoriffpl*
ORIFFPL*
OBSERVATOIRE REGIONAL DE FORMATION
ET DE RECHERCHE PROFESSIONNELLE
DE L'ILE DE FRANCE

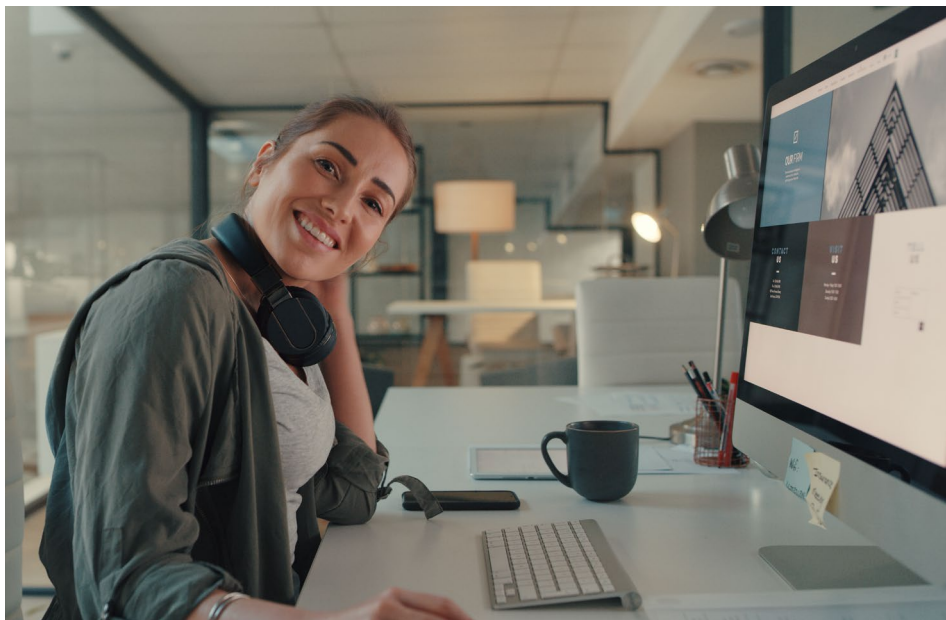
*voir conditions générales d'inscription

16

CRÉER ET OPTIMISER SON PROFIL LINKEDIN

animée par M. Jérémy LECLERC, expert informatique

NOUVEAU



Créer et compléter son profil LinkedIn pour développer sa notoriété.

- Présentation du réseau social professionnel LinkedIn
- Créer et remplir son profil LinkedIn
- Développer son réseau en ajoutant des relations à son profil
- Communiquer sur LinkedIn : publications, réactions, hashtags

 Rendez-vous :

Mercredi 29 mai
9 h 30 à 16 h 30

W



17

BUREAUTIQUE SUR WINDOWS : EXCEL INITIATION

animée par M. Christophe MILHEM, expert-comptable



Acquérir les bonnes pratiques de conception et de présentation d'un tableau de calculs simples.

- Appréhender l'interface Excel
- Mise en forme des données et des cellules
- Création de tableaux
- Calculs
- Astuces Excel
- Mise en page avant impression

 Rendez-vous :

Mercredi 12 juin
14 h à 18 h

P



18

BUREAUTIQUE SUR WINDOWS: EXCEL PERFECTIONNEMENT

animée par M. Christophe MILHEM, expert-comptable



Utiliser Excel en exploitant les fonctionnalités.

- Mise en forme conditionnelle
- Consolidation des données
- Tableaux croisés dynamiques
- Initiation macro

Rendez-vous :

Mercredi 26 juin
14 h à 18 h

P



19

DÉVELOPPER SES PERFORMANCES GRÂCE À L'AUTOHYPNOSE

animée par Mme Valérie HAIZE, formatrice, hypno thérapeute

NOUVEAU



Apprendre à induire sur soi-même un état de relaxation agréable et profond pour gagner en efficacité.

- Comprendre nos comportements et nos capacités
- Comprendre nos peurs et nos blocages
- Apprendre à programmer de nouveaux comportements
- Gestion de la motivation et du passage à l'action
- Automatisation des capacités, apprentissage rapide, modélisation de compétences

Rendez-vous :

Mercredi 7 février
9 h à 17 h 30

P



20

COMMUNICATION NON VIOLENTE

animée par Mme Michelle GUEZ, formatrice



Améliorer notre relation à soi-même et à autrui.

- Repérer ce qui, dans notre manière de penser et de communiquer, bloque et génère les malentendus ou, au contraire, facilite la communication et désamorce les conflits
- Apprendre à « décoder » l'agressivité de l'autre de manière à rétablir ou instaurer un dialogue où chacun se sent reconnu
- Les facteurs qui bloquent la communication et génèrent la violence
- Formuler clairement ses demandes

 Rendez-vous :

Mercredi 28 février
9 h à 17 h 30

P



ARAPL
Île de France

21

AVOIR CONFIANCE EN SOI ET S'AFFIRMER DANS LES RELATIONS PROFESSIONNELLES

animée par Mme Magali COMBAL, formatrice coach



Contacter ses ressources et appliquer les fondamentaux de la communication pour tenir son rôle professionnel avec aisance.

- Confiance en soi, affirmation de soi : quels repères dans votre vie professionnelle ?
- De soi à soi : comment développer ses ressources pour avoir confiance et s'affirmer ?
- Relations et interactions : confiance et affirmation dans la dynamique professionnelle
 - ▶ *Fondamentaux de la communication*
 - ▶ *Situations typiques : prendre la parole, demander et refuser, l'art de la critique, plaider une cause, situations de désaccord, etc.*
- Clarifier et planifier votre projet : quel sera le prochain pas ?

 Rendez-vous :

Mardi 12 mars
9 h à 17 h 30

P



ARAPL
Île de France

22

APPRENDRE À APPRENDRE

animée par Mme Magali COMBAL, formatrice - coach



« L'apprenance » ou les défis de l'apprentissage au 21^e siècle.

- Mesurer l'impact des apprentissages dans toutes leurs variétés
- Comprendre les fondamentaux du processus d'apprentissage
- Intégrer les bonnes pratiques de l'apprentissage et de la neuroplasticité
- Élaborer son plan d'action personnalisé pour de prochains apprentissages

 Rendez-vous :

Mardi 18 juin
9 h à 17 h 30

P

ARAPL
Île de France

23

DEUX JOURS POUR CRÉER VOTRE SITE INTERNET

animée par M. Jérémy LECLERC, expert informatique

OFFRE
EXCLUSIVE

Concevoir et paramétrer un site internet avec Wordpress. Apprendre à réserver son nom de domaine et hébergement. Installer des extensions sur le site.

- Plan 1^{er} journée :
 - > Présentation de Wordpress
 - > Définir son site internet
 - > Choisir son thème graphique
 - > Structurer son site internet
- Plan 2^e journée :
 - > Personnaliser et perfectionner son site avec les extensions
 - > Connaître les outils du référencement Web

 Rendez-vous :

Jeudi 25 avril
et vendredi 26 avril
9 h 30 à 16 h 30

P

ARAPL
Île de France**TARIF**

450 € TTC/2 journées
+ 50 € : hébergeur OVH*

*Hébergeur OVH :
règlement en ligne sur place

Accueil du lundi au vendredi
de 9 h00 à 12 h30 et de 13 h30 à 17 h30

ARAPL Ile de France

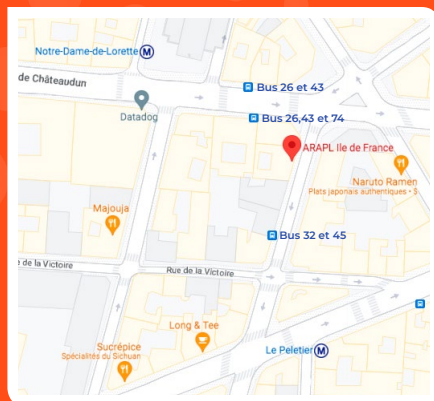
51 rue Le Peletier - 75009 Paris

Tél. : 01 53 70 65 65

Contact : araplidf@araplidf.org

    @Araplidf

www.araplidf.org



Nos locaux sont accessibles par :



Le Peletier

Notre Dame de Lorette



26 - 32 - 40 - 43 - 74 - 85



Auber



Haussmann Saint-Lazare