EMYDIGITAL

CENTRE DE FORMATION

Catalogue de formations

2026 | 2027

DESIGN THINKING & INNOVATION

FACILITATION & INTELLIGENCE COLLECTIVE

PRODUCTIVITÉ & OUTILS NUMÉRIQUES

RESPONSABILITÉ & IMPACT

AGILITÉ & GESTION DE PROJET

MANAGEMENT & COMMUNICATION

STRATÉGIE DE VISIBILITÉ & INFLUENCE

EMY DIGITAL
Centre de formations

www.emydigital.fr

SIRET : 814 945 838 00039
Déclaration d'activité :
75331412233
Enregistré auprès du Préfet
de région Nouvelle-Aquitaine
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Certification Qualiopi
EMY Digital est certifié Qualiopi
au titre des **actions de formation**

Siège social : 39 avenue
du Médoc, 33320 Eysines
Contact : contact@emydigital.fr
09 73 72 89 00 - 06 51 74 03 88
Responsable pédagogique :
Emily Lefebvre

Accessibilité : Nous nous
engageons à accueillir
les personnes en situation
de handicap dans les meilleures
conditions.
Contact : contact@emydigital.fr

Propriété intellectuelle :
L'ensemble des contenus, visuels
et supports de ce catalogue est
protégé. Toute reproduction sans
autorisation est interdite.

Design & création graphique
Catalogue conçu & illustré par
ManLef (Manon Lefebvre)
www.manlef.com

Mise à jour : Juin 2026



L'edito

Bienvenue dans l'univers Emy Digital ! Que votre chemin de formation soit clair, stimulant et profondément utile.



Emily Lefebvre
Fondatrice & Responsable pédagogique

Depuis 2015, j'ai créé **EMY**DIGITAL avec une conviction forte : **la transformation des organisations passe par des humains alignés, des pratiques collaboratives concrètes, et une capacité à penser autrement.**

Nos formations sont nées sur le terrain, en réponse à des besoins réels : mieux coopérer, innover avec sens, prendre la parole avec confiance, piloter avec agilité, ou encore bâtir une visibilité qui vous ressemble. Elles sont le fruit de 10 années d'expérimentations, d'accompagnements, de rencontres et de passion pour l'intelligence collective, le design thinking, l'agilité, les outils numériques et la pédagogie active.

Chaque formation proposée ici a été conçue comme un espace vivant d'apprentissage, de mise en pratique et de transformation. Derrière chaque titre, il y a une intention : transmettre des outils utiles, faire émerger des prises de conscience, soutenir les transitions professionnelles et humaines avec exigence et bienveillance.
Mon ambition est simple : permettre à chacun·e de devenir acteur de son parcours, de mieux se comprendre pour mieux agir, et d'incarner pleinement sa posture, quel que soit son rôle dans l'organisation.

SOMMAIRE

p.6 À propos

p.8 Nos valeurs fondamentales

p.10 Notre approche & vision de la formation

p.12 À qui sont destinées nos formations ?

p.14 Pourquoi nous choisir ?

- p.15 Des références solides
- p.16 Des témoignages révélateurs
- p.18 Des résultats tangibles

p.20 Les formations

- p.22 Le collectif de formateurs

p.172 Notre approche pédagogique

- p.172 Méthodes pédagogiques
- p.173 Moyens techniques et pédagogiques
- p.174 Rythme d'apprentissage et format
- p.174 Suivi administratif et évaluations
- p.175 Passage de la certification
- p.176 Base de ressource exclusive
- p.177 Accès au Design Social Club
- p.178 Parcours de formation

p.180 Tarifs

- p.182 Financer votre formation

p.184 Informations générales

Sommaire des thèmatiques de formations

p.24 Design Thinking & Innovation

p.54 Facilitation & Intelligence collective

p.76 Productivité & Outils numériques

p.102 Responsabilité & Impact

p.116 Agilité & Gestion de projet

p.130 Management & communication

p.152 Stratégie de visibilité & influence

Notre catalogue est interactif !

Le symbole ▶ vous indique que vous pouvez cliquer sur le lien.

En version papier, scannez les QRcodes .

À propos de nous...

« Un collectif de passionné·es pour apprendre, créer, transformer. »

EMY Digital est un organisme de formation indépendant né d'une conviction simple : **l'innovation n'a de sens que si elle est humaine, accessible et partagée.**

Depuis 2015, nous accompagnons les professionnels, les équipes et les organisations dans leurs projets de transformation, en croisant les approches du design thinking, de la facilitation, de l'intelligence collective et du numérique.
Basée près de Bordeaux, notre structure agile rassemble une équipe engagée, des partenaires passionnés et une communauté vivante de formateurs, facilitateurs, coachs, designers et créateurs de liens. Nous croyons à la pédagogie active, à la posture d'exploration, au plaisir d'apprendre



et à la puissance du collectif.
Chaque formation est conçue avec soin, animée avec cœur, et enrichie au fil des retours de terrain. EMY Digital ; c'est avant tout un espace d'expérimentation, de transmission et de mise en mouvement pour tous ceux qui veulent faire bouger les lignes.

Notre promesse

« Des formations utiles, humaines et concrètes pour faire avancer les projets, les équipes et les personnes. »

Chez EMY Digital, nous croyons que se former, ce n'est pas seulement acquérir des compétences : c'est transformer sa manière de penser, d'agir, de coopérer. C'est ouvrir un espace où les idées circulent, les postures évoluent, les pratiques s'alignent avec les valeurs.

Notre promesse :

Créer des expériences d'apprentissage utiles, concrètes et inspirantes, qui permettent aux professionnel·les de progresser avec confiance dans un monde complexe. Que vous soyez manager, indépendant, formateur, porteur de projet ou acteur du changement, nos formations sont conçues pour répondre à vos enjeux réels, avec exigence et humanité.

Nous allions la rigueur des méthodes à la liberté de l'expérimentation, la profondeur des contenus à la simplicité pédagogique. Chaque formation est pensée pour nourrir la réflexion, l'action, et la transformation durable.

EMY Digital, c'est une communauté apprenante engagée, des formats vivants, une attention portée aux détails, et un accompagnement sur-mesure. Pour que chaque pas de formation soit aussi un pas vers plus de clarté, de sens et d'impact.

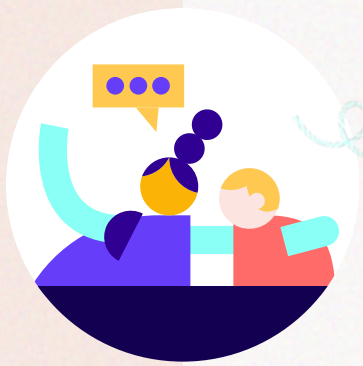
Nos valeurs fondamentales



Oser (dare)
Explorer, expérimenter,
sortir des cadres pour trouver
des solutions nouvelles.



Partager (share)
Transmettre nos méthodes,
créer du lien et faire
grandir le collectif.



Prendre soin (care)
Porter une attention
sincère aux personnes,
aux rythmes, aux contextes.

À cela s'ajoutent 3 piliers qui structurent nos parcours :

1 **La clarté**
pour rendre l'action lisible

2 **L'alignement**
pour incarner ce que l'on transmet

3 **L'utilité**
pour viser un impact réel et durable

Notre approche & vision de la formation



Chaque formation permet de prendre confiance, de gagner en aisance, en légitimité et en efficacité dans son rôle. Nous favorisons des approches actives, ancrées dans le réel des participants, en combinant cadre méthodologique, posture réflexive et outils transférables.

1

Parcours certifiants & professionnalisants

Nous proposons des formations reconnues sur le marché du travail. Notre certification Qualiopi atteste du sérieux de nos process et peut ouvrir la porte à différents modes de financement.

2

Pédagogie expérientielle

Nos formateurs misent sur l'apprentissage par la pratique : ateliers, mises en situation, études de cas et projets concrets. Résultat : un ancrage plus durable des compétences, une confiance accrue dans ses capacités.

3

Accompagnement personnalisé

Nous savons que chaque apprenant a son propre parcours.
Nous prenons en compte vos besoins, vos contraintes et vos objectifs pour adapter les formations si nécessaire.

4

Héritage méthodologique

Nos cursus s'inspirent de méthodes ludiques (jeux de cartes, exercices de groupe, approches « jouer pour apprendre ») et de référentiels pédagogiques reconnus (apprentissage par l'expérience, retours collectifs, itérations).
Ainsi, chacun comprend, ressent et transfère ce qu'il apprend dans son propre contexte.

> ***« Se former avec Emy Digital, c'est grandir dans son rôle, en expérimentant, en prenant du recul en s'outillant pour mieux agir, collaborer et transformer le réel. »***

À qui sont destinées nos formations ?



« Entreprendre, collaborer, faciliter, innover…
Nos formations s'adressent à celles et ceux qui construisent le changement. »

▸ Aux entreprises

qui souhaitent améliorer
la cohésion et la capacité
d'innovation de leurs équipes.

▸ Aux entrepreneurs & porteurs de projets

en quête de méthodes concrètes
pour répondre à des défis
complexes et développer
de nouvelles offres.

▸ Aux professionnels de la facilitation & du design

souhaitant faire reconnaître
leurs compétences, monter en expertise
et se certifier pour élargir leurs
opportunités sur le marché
du travail.

▸ Aux collectivités

en tant qu'acteurs clés de la
transformation des territoires,
elles bénéficient de nos formations
pour renforcer la collaboration,
co-créer des solutions locales
et relever les défis sociaux,
écologiques et économiques.

Si les dates du calendrier ne vous correspondent pas contactez nous nous vous proposerons un programme sur mesure !



Pourquoi nous choisir ?

L'organisme de formation est certifié qualité par Qualiopi pour les actions de formations.

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

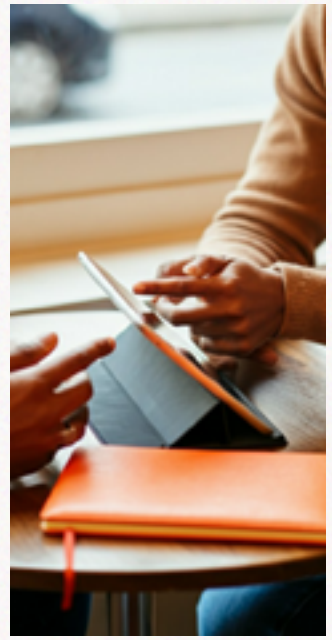
Nous détenons 2 certifications enregistrées auprès de France Compétences :
Design Thinking RS 5178 - Facilitation RS 6406, gage de qualité et de rigueur, permettant de **bénéficier de prises en charge** par certains financeurs.

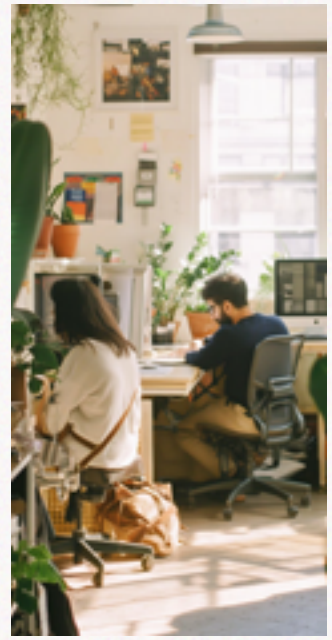
Un Focus sur la Créativité et l'Action : nous allons au-delà de la théorie en **privilégiant l'expérimentation et l'entraide**.

Une Communauté en continu : le ***Design Social Club*** prolonge la dynamique de formation et multiplie les occasions d'échanges et de collaboration.









DES RÉFÉRENCES SOLIDES

Nous accompagnons depuis 2015 des structures variées :

Grands comptes : Groupe BPCE, Deloitte, EY, Cultura, Mutualité Française...

Tourisme : Offices de Tourisme, Trajectoires Tourisme, MONA, Agences Départementales du Tourisme, Parcs Naturels régionaux...

Associations & collectivités : Préfecture de Gironde, Région Nouvelle Aquitaine, Tourisme Lab, Communautés de communes, ADU Lille, Sites et Cités Remarquables, La Jeune Chambre Économique Française, CNRS, CAF, CPAM...

Structures d'accompagnement à l'emploi : France Travail, CREDER, Maison Métropolitaine pour l'emploi, Socrate Conseil...

Écoles et Universités : HETIC, Digital Campus, CY Entreprendre, Université de Toulouse, Université de Bordeaux...

Agences & Startups : Digitale Pipelette, Dedi Agency, Amiltone, UX Limpide, Résonance Publique, Y Proximité, Influence Food, Explorissima...

Indépendants : Coachs, Consultants, formateurs, Facilitateurs, UX Designers, entrepreneurs...

DES TÉMOIGNAGES RÉVÉLATEURS

« Je ressors
de la formation
Design Thinking
pleine d'idées
et de projets ! »

Audrey

« Au delà
du sujet l'équipe
des formateurs est
au top ! Accueil,
accompagnement,
bienveillance et
professionnalisme. »

Sophie



« Une excellente
formation !
Vous en ressortirez
avec la véritable
impression de savoir
et de savoir-faire !»

Brice

« Professionnalisme,
compétences pointues
sur le sujet, pédagogie
très interactive et impliquante,
de nombreux conseils,
une foule de ressources
mises à disposition. »

Christophe

« On ressort grandi,
plus compétent, plus
riche... animés d'une forte
envie de faire découvrir
ces méthodes à nos
collègues, clients,
partenaires, amis. »

Christophe

« Coup de cœur
pour Emy Digital
et son équipe.
Des PROS ! Formations
complètes qui vont
en profondeur
des sujets proposés ! »

Dorothée

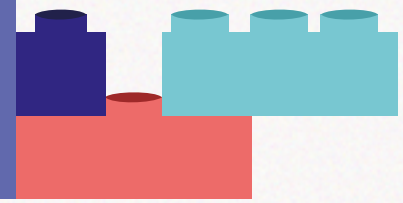


« Une formation
Design Thinking
concrète, très bien
animée et dynamique.
Un peu de théorie,
beaucoup de pratique ! »

Julien

« Les formatrices
sont très compétentes,
maîtrisent le sujet,
sont à l'écoute des besoins,
des questions,
accompagnent de manière
personnalisée chaque
participant. »

Vincent



DES RÉSULTATS TANGIBLES

NOTE PÉDAGOGIQUE **9,6/10**

Reçue en 2025, elle est la preuve de la qualité de nos parcours et de la satisfaction de nos apprenants.

97,7%

des candidats présentés à la certification RS7063 l'ont obtenue depuis 2020.

85%

des entreprises formées notent une réduction significative du temps de décision au sein de leurs équipes grâce aux méthodologies apprises.

+ 50%

des certifiés voient une progression ou une stabilisation dans leur carrière.

78%

soulignent une nette amélioration de leur collaboration et de leur créativité.

+ 2900

+ de 2 900 personnes ont décidé de suivre une formation chez Emy Digital depuis sa création en 2015.

+ 700

C'est le nombre d'entreprises différentes avec lesquelles nous avons collaboré pour former leurs équipes.

+ 530

Depuis l'existence des parcours certifiants plus de 530 personnes ont obtenu une certification officielle !

« Chaque session est une graine qui germe dans la vie de nos apprenants.
Et derrière les chiffres, ce sont des histoires de croissance, d'équipe et de transformation qui s'écrivent. »

Apprendre, expérimenter, transformer.



Les formations

Le collectif de formateurs

Des expert·es passionné·es, engagés dans la transmission et l'impact !



Florian SELLIER



Emily LEFEBVRE



Jean-Baptiste LAMOTTE



Elsa LANDAIS



Erminio PORCU



Delphine WITTEBROOT



Céline CROUZET

Et ce n'est qu'un aperçu...

Emy Digital s'entoure aussi de formateurs et formatrices partenaires mobilisés selon les besoins spécifiques de chaque mission.

Expertise sectorielle, sensibilité pédagogique ou ancrage territorial : nous construisons des équipes sur-mesure, au plus proche de vos enjeux.

01

THÉMATIQUE :

Design Thinking & Innovation

Cette catégorie rassemble des formations immersives pour apprendre à innover avec méthode. De l'exploration des besoins à la mise en œuvre de solutions concrètes, vous y découvrirez une posture centrée sur l'humain, des outils créatifs et collaboratifs, et des méthodes puissantes pour transformer les idées en projets utiles, désirables et réalisables.

Les formations :

· Initiation au Design Thinking

· Mener un projet de transformation ou d'innovation par la méthodologie Design Thinking - 19h et 26h *(certifiante)*

· Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation *(certifiante)*

· L'art du Prototypage – Transformer ses idées en solutions concrètes et testables

· UX Design - Concevoir des interfaces utiles, utilisables et désirables *(certifiante)*

· Créer une expérience client mémorable et différenciante

· Cadrer et concevoir un projet IA adapté aux métiers

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Initiation au Design Thinking

Vivez une journée complète d'immersion dans la méthode Design Thinking, à travers un atelier rythmé et collaboratif. Grâce à notre jeu de cartes "Design Thinking à la Carte", vous découvrirez les étapes du double diamant de manière ludique, en vous appuyant sur des cas concrets issus de plusieurs contextes professionnels. Vous expérimenterez un mini-sprint complet, depuis la construction d'un persona jusqu'au prototypage rapide et au pitch d'une solution.
Une formation conçue pour ressentir, comprendre et incarner la démarche design

Public concerné

Chef·fe de projet, manager, facilitateur·rice, responsable innovation, consultant·e, formateur·rice, UX/UI designer, indépendant·e...
Aucun prérequis.
Curiosité pour les démarches collaboratives recommandée.



Compétences visées

- Identifier les étapes clés du Design Thinking et leurs apports
- Mobiliser un collectif autour d'une démarche centrée utilisateur
- Utiliser des outils d'idéation et de priorisation
- Réaliser un prototype express et le présenter avec clarté
- Intégrer une démarche collaborative d'innovation dans ses pratiques

Objectifs de la formation

- Découvrir les principes et le processus du Design Thinking
- Expérimenter chaque étape à travers un atelier collaboratif
- Travailler sur des problématiques concrètes avec un cas réel
- Prototyper et pitcher une solution en équipe



« Découvrir le Design Thinking, c'est apprendre à regarder autrement, à co-créer des solutions utiles, concrètes et centrées sur l'humain »

Contenu de la formation

Initiation au Design Thinking

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Comprendre et découvrir la méthode

- Accueil & Icebreaker : créer le cadre et activer l'intelligence collective
- Introduction au Design Thinking : origines, principes, grands champs d'application
- Découverte du double diamant à l'aide de notre jeu de cartes *Design Thinking à la Carte* (découvrir, manipuler et classer les cartes en collectif et identifier des phases du processus par exemples concrets).

Expérimenter en équipe un mini-sprint

- Création d'un persona collectif à partir d'un utilisateur fictif en lien avec le sujet choisi
- Formulation de problématiques
- Idéation avec la Fleur de Lotus : génération d'idées à 360° autour des problématiques & sélection collective des idées les plus pertinentes
- Prototypage rapide : matérialiser la solution retenue (maquette, scénario, croquis...)
- Pitch final : chaque groupe présente sa solution
- Debrief et ancrage des apprentissages : retours croisés, leviers et suites possibles



Mise en pratique !

Les participants explorent les étapes du Design Thinking à travers des ateliers dynamiques et concrets.
Le jeu de cartes *Design Thinking à la Carte* rend la méthode ludique et visuelle. En équipe, ils créent un persona, identifient des problématiques, génèrent des idées avec la Fleur de Lotus, puis conçoivent un prototype et présentent leur solution.

FORMATION CERTIFIANTE

Durée : 19h ou 26h

En présentiel

En ligne

Voir tarifs p.180



Mener un projet de transformation ou d'innovation par la méthodologie Design Thinking

Maîtrisez une méthode structurée et créative pour répondre à des enjeux complexes, en développant des solutions utiles, testées et centrées sur les besoins réels. Cette formation est disponible en 19h et en 26h.

Public concerné

Managers, chefs de projet, consultants en conduite du changement
Responsables innovation, communication, marketing ou RH.
Designers, UX/UI, chargés de mission ou profils transverses impliqués dans des projets multi-acteurs.
Entrepreneurs ou intrapreneurs souhaitant mettre en oeuvre une démarche d'innovation.

Compétences visées

- Cadrer un projet en identifiant les enjeux, les freins et les objectifs à atteindre
- Définir un panel utilisateur pertinent et mener des entretiens qualitatifs efficaces
- Analyser les données recueillies pour en dégager des éléments clés et structurants
- Modéliser un persona à partir des besoins, motivations et freins identifiés
- Formuler une problématique claire et engageante pour orienter la conception
- Stimuler la créativité pour générer des idées nouvelles, seul ou en groupe
- Prioriser les idées et construire une hypothèse de solution à tester
- Prototyper de façon simple et concrète pour donner vie aux concepts
- Élaborer un plan de test et recueillir les retours utilisateurs pour valider ou ajuster
- Présenter avec clarté et conviction la solution retenue, en lien avec les attentes du terrain

Voir la fiche de certification sur France Compétences

Consulter les témoignages de nos Alumni

« Découvrir le Design Thinking, c'est apprendre à regarder autrement, à co-créer des solutions utiles, concrètes & centrées sur l'humain »

Objectifs de la formation

- Comprendre les étapes clés du Design Thinking dans une démarche de projet
- Expérimenter des outils concrets pour enquêter, analyser, imaginer, prototyper et tester
- S'approprier une méthode d'innovation centrée sur les besoins des utilisateurs
- Appliquer cette méthode à un projet réel pour ancrer les apprentissages dans l'action

Contenu de la formation

Mener un projet de transformation ou d'innovation par la méthodologie Design Thinking

Télécharger le programme détaillé 26h

Consulter le calendrier des sessions

Télécharger le programme détaillé 19h

Voir la base de ressources en ligne

Introduction au Design Thinking

- Comprendre les fondements de la méthode
- Découvrir l'état d'esprit (empathie, co-création, itération)
- Visualiser les étapes du processus double diamant
- Explorer des cas d'usages concrets

Cadrer le projet

- Identifier les enjeux, objectifs, freins et parties prenantes
- Aligner les attentes du commanditaire et de l'équipe projet

PHASE 1 : Immersion

- Définir un panel d'utilisateurs pertinents
- Construire une grille d'entretien qualitative
- Mener un entretien utilisateur sur le terrain*
- Analyser les données collectées : besoins, freins, motivations
- Découvrir les méthodes de recherche qualitative et quantitative
- Créer un persona et une carte d'empathie

PHASE 2 : Définition

- Traduire les données collectées en problématiques avec la méthode *Comment Pourrions-Nous ?*
- Choisir une problématique prioritaire

PHASE 3 : Idéation

- Explorer des solutions inspirantes
- Stimuler la créativité
- Co-créer et enrichir les idées
- Prioriser les pistes retenues
- Formuler une proposition de valeur

PHASE 4 : Prototypage

- Découvrir les différents types de prototypes (basse/haute fidélité)
- Créer un scénario d'usage ou un storyboard
- Concevoir un plan de prototypage*
- Définir le modèle économique avec le Business Model Canvas*

PHASE 5 : Test

- Comprendre les objectifs et les types de tests utilisateurs
- Créer un protocole de test adapté à la solution
- Recueillir des retours et observations sur le prototype*
- Améliorer la solution grâce à l'itération*
- Préparer un pitch clair et impactant

Clôture et projection

- Faire le bilan de la formation
- Identifier les pistes de transposition dans son contexte professionnel
- Échanger sur les suites à donner à la démarche

* la mise en pratique de cette séquence pédagogique n'est disponible que dans la version 26h

FORMATION CERTIFIANTE

Durée : 30h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation

Apprenez à concevoir et animer des ateliers collaboratifs en mobilisant les principes du Design Thinking. Découvrez des outils concrets pour structurer un processus créatif et faire émerger des idées innovantes.
Développez votre posture de facilitateur à travers des mises en situation.
Renforcez la cohésion d'équipe tout en stimulant l'intelligence collective.

Public concerné

Managers, chefs de projet ou responsables d'innovation pilotant des démarches créatives. Professionnels du marketing, de la communication ou dirigeants enquête d'agilité. Formateurs, enseignants, coachs ou facilitateurs engagés dans latransformation collective. Consultants, experts en stratégie, UX designers ouspécialistes du Design Thinking. Acteurs de l'innovation issus de start-up, PME, grandes entreprises, ONG ou secteur public.

>>> Prérequis : Être déjà initié au Design Thinking, à valider par nos soins avant l'inscription définitive grâce à un test de vos connaissances en Design Thinking

Découvrir la formation en vidéo

Voir la fiche formation sur France Compétences

Consulter les témoignages de nos Alumni

Compétences visées

- Récolter les informations liées au projet par un échange avec le commanditaire afin d'analyser la demande et de s'assurer de la pertinence d'appliquer une démarche d'innovation par le design thinking.
- Proposer le cadre et la structure de la démarche d'innovation en s'appuyant sur le besoin énoncé et sur les méthodes et les outils du design thinking afin de présenter et de faire valider un déroulé adapté au projet du commanditaire.
- Déterminer les profils des participants à mobiliser pour chaque type d'atelier de design thinking en fonction du contexte du projet, du produit ou du service et des parties prenantes identifiées afin de constituer des groupes productifs et efficaces.
- Préparer le déroulé d'un atelier de design thinking structuré en s'appuyant sur les activités, leur durée, les objectifs, leur contenu afin de guider le facilitateur dans son organisation et son animation.
- Organiser les moyens matériels, les outils, les supports d'animation et la logistique en s'appuyant sur son déroulé d'atelier de design thinking, en aménageant l'espace (réel ou virtuel) afin de faciliter la réalisation des activités, la production, le mouvement, la collaboration.
- Proposer un Icebreaker (brise-glace) adapté à l'objectif de l'atelier de design thinking en créant un climat de confiance et en favorisant la cohésion afin d'intégrer les participants et préparer la séance de travail.
- Animer l'atelier de design thinking en mobilisant les principes de la facilitation afin de guider le groupe et de créer les conditions de la collaboration propice au partage d'expérience.

« Libérez le potentiel créatif des équipes et créez la cohésion autour de projets innovants.»

Contenu de la formation

Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

S'approprier et présenter la démarche Design Thinking

► Faire connaissance, poser le cadre et explorer le potentiel du collectif.
► Présenter le Design Thinking et le double diamant dans un contexte professionnel (direction, clients, commanditaires...).

Clarifier le rôle du facilitateur.ice

► Distinguer les rôles (facilitateur·rice, coach, consultant·e...), identifier lescompétences clés, et s'approprier les icebreakers pour créer une dynamique de groupe.

Explorer sa posture de facilitateur·rice avec le jeu "*Facilitation à la carte*"

► Découvrir les piliers d'une posture professionnelle de facilitation à travers un jeu dédié.
► Approfondir les 5 catégories essentielles :
Préparer – poser les conditions de réussite
Dynamiser – instaurer l'élan collectif
Accompagner – guider vers la co-création
Sécuriser – garantir un cadre rassurant
Incarner – affirmer sa posture avec cohérence

Identifier les ateliers clés du Design Thinking

► Explorer les ateliers essentiels des cinq phases : immersion, définition d'une problématique, idéation, prototypage, test.

Préparer efficacement ses ateliers de Design Thinking

► Apprendre à concevoir des déroulés d'ateliers cohérents et adaptés aux objectifs, publics et contraintes.
► Sélectionner les bons formats, rythmes et outils d'animation.
► Organiser tous les aspects logistiques : supports, espace, durée.
► Structurer sa "mallette de facilitateur·rice" pour préparer des ateliers fluides et engageants.

Expérimenter l'animation d'ateliers dans un Design Sprint

► Animer un atelier, appliquer les bonnes pratiques de la facilitation, recevoir des feedbacks, approfondir les outils d'animation du Design Thinking.

Co-construire une démarche d'innovation par le Design Thinking

► Travailler sur des projets réels en petits groupes, concevoir une démarche complète à l'aide du jeu "Design Thinking à la carte", choisir les ateliers et outils adaptés, formaliser un déroulé et présenter ses partis pris.

Accompagnement individuel (2h à distance)

► Coaching personnalisé pour préparer la certification, avec e-learning, méthodologie et conseils individualisés sur un projet réel.

Option : Passage de la certification RS6406

FORMATION CERTIFIANTE

Durée : 58h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



UX Design - Concevoir des interfaces utiles, utilisables et désirables

Cette formation immersive vous permet de maîtriser l'ensemble du processus UX, en partant de l'écoute utilisateur jusqu'au test d'un prototype interactif. Vous apprendrez à construire des personas, cartographier des parcours, mobiliser les règles d'ergonomie web & mobile, générer des idées innovantes en collectif, prototyper sur Figma et tester vos solutions. Ce parcours complet s'appuie sur la démarche Design Thinking et prépare à la certification « Mener des projets d'innovation et de transformation par le Design Thinking » (RS7063).

Public concerné

Chefs de projet, UX/UI designers, communicants, responsables marketing, développeurs, consultants, formateurs... Toute personne impliquée dans la conception d'interfaces digitales.

Compétences visées

- Définir le cadre et les objectifs d'un projet UX centré utilisateur.
- Réaliser une recherche utilisateur qualitative (entretiens, observations...).
- Analyser les données collectées pour identifier besoins, irritants et usages.
- Modéliser les insights via personas, cartes d'empathie, cartographies d'expérience.
- Définir une problématique claire et pertinente à partir des analyses réalisées.
- Générer des idées de solutions par des méthodes d'idéation (Design Studio, etc.).
- Structurer une proposition de valeur cohérente avec la problématique et les besoins.
- Concevoir un prototype fonctionnel avec Figma, en intégrant l'ergonomie et l'accessibilité.
- Organiser et mener des tests utilisateurs, analyser les retours et ajuster la solution.
- Présenter une synthèse du projet en valorisant la démarche et les résultats obtenus.

« L'UX Design, permet de transformer l'expérience utilisateur en véritable levier de performance »

Objectifs de la formation

- Acquérir les fondamentaux de l'UX Design et du Design Thinking
- Maîtriser les méthodes de recherche utilisateur et de modélisation
- Concevoir des interfaces ergonomiques et accessibles
- Utiliser Figma pour prototyper et tester un parcours digital
- Préparer un projet professionnel aligné avec les critères de certification RS7063

Contenu de la formation

UX Design - Concevoir des interfaces utiles, utilisables et désirables

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Module 1 – Fondamentaux de l'UX Design & Design Thinking

- Définitions : UX vs UI, utilité, utilisabilité, désirabilité
- Le double diamant : exploration/immersion, définition, idéation, prototypage et tests
- Posture d'écoute, d'empathie et d'innovation
- Panorama des approches centrées utilisateurs

Module 2 – Recherche utilisateur & modélisation

- Conduite d'entretiens qualitatifs
- Création de personas UX
- Élaboration de cartes d'empathie
- Cartographie d'expérience utilisateur (Customer Journey Map)
- Identification des besoins, douleurs et opportunités

Module 3 – Ergonomie web & mobile

- Principes d'utilisabilité et de psychologie cognitive
- Les 12 règles d'ergonomie d'Amélie Boucher
- Contraintes spécifiques aux interfaces mobiles, tactiles, responsives
- Notions d'accessibilité numérique
- Analyse critique d'interfaces existantes

Module 4 – Idéation & conception collaborative

- Techniques d'idéation centrées utilisateur
- Atelier Design Studio : génération collective d'idées, sélection, croquis
- Conception des parcours utilisateurs (user flows)
- Définition de l'architecture d'information d'une interface

Module 5 – Prototypage avec Figma

- Introduction à Figma : interface, composants, auto-layout
- Création de wireframes basse et moyenne fidélité
- Intégration des principes d'ergonomie dans la maquette
- Prototypage interactif : navigation, interactions, transitions
- Atelier pratique fil rouge

Module 6 – Tests utilisateurs

- Préparation d'un plan de test
- Conduite de tests utilisateurs sur prototype
- Analyse des feedbacks et hiérarchisation des améliorations
- Méthodologie d'itération continue

Module 7 – Coaching projet

- 1h d'accompagnement individuel avec le formateur
- Préparation au passage de certification
- Aide à la projection concrète dans son projet professionnel

Mise en pratique !

Un projet UX fil rouge guide les participants tout au long du parcours : de la recherche utilisateur au prototypage sur Figma, jusqu'aux tests.
Les livrables produits servent de base au dossier de certification RS7063.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



L'art du prototypage - Transformer ses idées en solutions concrètes et testables

Cette formation s'adresse à toutes celles et ceux qui souhaitent passer de l'idée à l'action en explorant les méthodes de prototypage propres au Design Thinking. À travers des techniques simples et des outils accessibles, vous apprendrez à matérialiser des idées, structurer un scénario d'usage, donner forme à une solution, tester une proposition de valeur, et itérer pour l'améliorer. Une approche résolument pragmatique, immersive et collective, pour explorer rapidement, ajuster et progresser pas à pas.

Public concerné

Dirigeants, managers, chefs de projet, entrepreneurs, designers, facilitateurs ou professionnels de l'innovation ayant déjà une première connaissance du Design Thinking et souhaitant approfondir la phase de prototypage.



Compétences visées

- Sélectionner les éléments clés issus d'une phase d'idéation pour en définir une solution centrée utilisateur.
- Expérimenter des techniques et matériaux variés pour créer un prototype adapté.
- Scénariser une expérience utilisateur à travers un support visuel.
- Argumenter et tester une proposition de valeur auprès de parties prenantes.
- Pratiquer l'itération afin d'améliorer le prototype

Objectifs de la formation

- Définir les contours d'une solution à partir des idées issues d'un atelier d'idéation.
- Expérimenter plusieurs formes de prototypage (storyboard, prototype basse fidélité, prototype numérique).
- Scénariser une expérience utilisateur à travers un storyboard ou un prototype.
- Tester et présenter une solution à l'aide d'un pitch clair et engageant.



« Prototyper, c'est transformer une idée en expérience concrète, pour faire émerger le dialogue, tester vite et apprendre encore plus vite. »

Contenu de la formation

L'art du prototypage - Transformer ses idées en solutions concrètes et testables

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction au Prototypage

- Pourquoi prototyper ? Objectifs et bénéfices
- Niveaux de fidélité et types de prototypes
- Principes clés du prototypage

Définir les contours d'une solution

- Prioriser les idées issues d'une séance d'idéation
- Réaliser une carte conceptuelle pour structurer les éléments clés

Storyboarding

- Principes du storyboarding appliqué au Design Thinking
- Scénariser un usage : visuel, chronologie, interactions

Prototypage basse fidélité

- Choix du support, organisation, assemblage
- Réalisation et mise en forme d'un prototype simple
- Test du scénario d'usage et itérations

Prototypage numérique

- Outils numériques (Mural, Miro, MarvelApp...)
- Organisation, réalisation et adaptation



Présentation du prototype et pitch

- Pitch et storytelling pour tester la proposition de valeur
- Format : jeu de rôle, vidéo, démonstration

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participant·es travaillent sur un cas concret ou leur propre projet pour passer de l'idée à une première version testable. En combinant low-tech, matériaux simples et outils collaboratifs, ils explorent différentes formes de prototypage (maquette, parcours utilisateur, scénario, support de service...).

Chaque étape est rythmée par des mises en situation, des temps de fabrication, des retours croisés et des itérations progressives. L'objectif est de repartir avec un prototype activable et une méthode claire pour tester ses idées rapidement et les faire évoluer.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Créer une expérience client mémorable et différenciante

Dans un contexte omnicanal où les clients sont plus exigeants, informés et volatils, l'expérience client devient un levier stratégique incontournable. Cette formation vouspropose un parcours immersif pour comprendre en profondeur les dimensions del'expérience client (CX) et de l'expérience utilisateur (UX), identifier les besoins psychologiques clés, cartographier les parcours, diagnostiquer les points de friction,mesurer la qualité de l'expérience et concevoir des actions d'enchantement. L'objectif ? Créer des expériences authentiques, fluides et engageantes, en phase avec les nouvelles attentes des clients.

Public concerné

Responsables marketing, responsables relation client, UX designers, équipes commerciales, chefs de projet, managers, consultants ou toute personne impliquée dans la conception de services et d'expériences clients.



Compétences visées

- Définir les concepts clés de CX et UX
- Identifier les besoins psychologiques fondamentaux des clients
- Cartographier un parcours client multicanal
- Évaluer les points de friction et d'enchantement
- Concevoir des leviers d'amélioration alignés avec les valeurs de l'entreprise
- Instaurer une culture orientée client dans son organisation

« Penser expérience client, c'est décoder les besoins invisibles pour mieux concevoir l'essentiel. »

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux de l'expérience client (CX) et utilisateur (UX)
- Identifier les attentes, besoins etmotivations des clients
- Maîtriser les étapes et points de contact d'un parcours client
- Utiliser des outils de cartographie et d'analyse
- Mettre en place des indicateurs demesure de l'expérience
- Concevoir et tester des actions d'amélioration et d'enchantement
- Développer une posture relationnelle centrée client

Contenu de la formation

Créer une expérience client mémorable et différenciante

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à l'expérience client et utilisateur

- PCX vs UX : comprendre les différences et complémentarités
- Les valeurs d'entreprise au service de l'expérience
- Les besoins psychologiques primaires (sécurité, reconnaissance, autonomie...)
- L'impact d'une mauvaise expérience et les leviers d'une fidélité active

Les nouvelles attentes des clients

Le parcours client dans un environnement omnicanal

- Omnicanalité, hybridation des points de contact
- Méthode de cartographie du parcours client (Customer Journey Map)
- Expérience attendue vs expérience perçue
- Identifier les moments de vérité, irritants, enchantements
- Adapter la posture et les outils à chaque étape

Mesurer et piloter l'expérience client

- Les grands indicateurs
- Choisir les bons moments et les bonnes méthodes de recueil
- Utiliser les retours clients comme levier d'innovation
- Mettre en place une boucle de feedback continue

Concevoir des leviers d'amélioration et d'enchantement

- Critères basiques, moteurs et bonus de Kano
- Méthodes d'idéation (brainwriting, matrice impact/effort...)
- Prototyper des micro-expériences à fort impact
- Dépasser les croyances limitantes sur "le client roi"
- Créer des liens émotionnels authentiques avec la marque

Mise en pratique !

La formation alterne apports méthodologiques, ateliers collaboratifs et mises en situation concrètes. Chaque participant travaille sur un parcours client réel (de son organisation ou d'un cas inspirant) qu'il va cartographier, diagnostiquer et enrichir tout au long de la formation. Des outils visuels, des canevas et des méthodes d'idéation sont mobilisés pour faire émerger des solutions concrètes, testables et personnalisées.
En fin de parcours, chacun repart avec une feuille de route opérationnelle pour améliorer l'expérience client dans son contexte, ainsi qu'un kit de ressources et d'outils directement réutilisables.

FORMATION

Durée : 46h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Cadrer et concevoir un projet IA adapté aux métiers (utilisateurs)

Face à l'accélération des projets d'intelligence artificielle en entreprise, de nombreux POC peinent à aboutir faute de cadrage stratégique et de compréhension fine des usages.
Cette formation propose un parcours structuré pour cadrer et concevoir un projet IA performant en réunissant cinq dimensions clés : besoins utilisateurs/métiers, faisabilité technique, viabilité économique, gestion des risques et impacts RSE.
S'appuyant sur une méthodologie éprouvée de conception centrée utilisateur issue du Design Thinking, enrichie d'une lecture stratégique et technologique IA, elle permet aux équipes de transformer des intentions en projets IA réalistes, alignés avec leur organisation et capables de créer une performance durable.

Public concerné

DSI et responsables IT, responsables innovation, transformation ou stratégie
Chefs de projet IA, data ou digital mais aussi référents métiers impliqués dans des projets d'automatisation ou d'IA.

Compétences visées

- Définir le cadre du projet, en identifiant les problèmes à résoudre, l'impact attendu, les forces et les freins
- Définir un panel utilisateur en formulant des critères pertinents pour le recrutement
- Élaborer une trame d'entretien qualitative avec des questions ouvertes
- Analyser les données issues des entretiens et faire ressortir des tendances
- Créer un persona à partir des données utilisateurs
- Rédiger une problématique à partir de l'analyse du persona (objectifs, besoins, freins...)
- Générer des idées grâce à des techniques de créativité individuelles et collectives
- Choisir les idées à prototyper via un processus de convergence
- Définir un plan de prototypage et le matérialiser concrètement
- Concevoir un plan de test et rédiger des questions ciblées

« Créer des projets IA désirables, faisables, viables et responsables »

Objectifs de la formation

- Analyser et formaliser des besoins métiers et utilisateurs à partir d'une démarche centrée usages
- Construire des personas multiples (métiers, utilisateurs finaux, parties prenantes IT)
- Reformuler une problématique intégrant contraintes techniques, données et risques
- Générer et prioriser des cas d'usage IA à l'aide d'une grille multicritères
- Cadrer un projet IA en identifiant les enjeux stratégiques, organisationnels et technologiques (comprendre le projet)
- Évaluer la faisabilité technique et les impacts organisationnels d'une solution IA + tester

Contenu de la formation

Cadrer et concevoir un projet IA adapté aux métiers (utilisateurs)

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction au Design Thinking et projets IA

- Comprendre les fondements de la méthode
- Découvrir l'état d'esprit (empathie, co-création, itération)
- Visualiser les étapes du processus double diamant
- Introduction aux enjeux de l'IA en entreprise et explorer des cas d'usages concrets

Cadrer le projet

- Identifier les enjeux, objectifs, freins et parties prenantes
- Aligner les attentes du commanditaire et de l'équipe projet

PHASE 1 : Immersion

- Définir un panel d'utilisateurs pertinents
- Construire une grille d'entretien qualitative
- Mener un entretien utilisateur sur le terrain
- Analyser les données collectées : besoins, freins, motivations
- Découvrir les méthodes de recherche qualitative et quantitative
- Créer un persona et une carte d'empathie

PHASE 2 : Définition

- Traduire les données collectées en problématiques avec la méthode *Comment Pourrions-Nous ?*
- Choisir une problématique prioritaire

PHASE 3 : Idéation

- Explorer des solutions inspirantes projets IA (benchmark) - veille technologique
- Stimuler la créativité
- Co-créer et enrichir les idées
- Prioriser les pistes retenues
- Formuler une proposition de valeur
- \+ Sensibilisation aux critères spécifiques aux projets IA et mise en place d'un vote multicritères

PHASE 4 : Prototypage

- Découvrir les différents types de prototypes (basse/haute fidélité)
- Créer un scénario d'usage ou un storyboard enrichi intégrant : interaction homme / IA, flux de données, plusieurs personas, plusieurs scénarios d'usage et prototypage du système / processus
- Concevoir un plan de prototypage
- Définir le modèle économique avec le Business Model Canvas
- \+ Introduction d'un "AI feasability Canvas"

PHASE 5 : Test

- Comprendre les objectifs et les types de tests utilisateurs
- Créer un protocole de test adapté à la solution
- Recueillir des retours et observations sur le prototype
- Améliorer la solution grâce à l'itération
- Préparer un pitch clair et impactant

Roadmap & spécifications

En fin de parcours :

- \+ Élaboration d'une feuille de route projet IA
- \+ Clarification des rôles : métier IT, direction, partenaires externes

Clôture et projection

- Faire le bilan de la formation
- Identifier les pistes de transposition dans son contexte professionnel
- Échanger sur les suites à donner à la démarche

02

THÉMATIQUE :

Facilitation & Intelligence collective

Apprendre à faire émerger l'intelligence du groupe, clarifier les échanges et structurer les temps collectifs : cette catégorie vous initie aux postures, outils visuels et techniques collaboratives pour animer efficacement des réunions, ateliers ou projets. Vous y développerez une pratique vivante, inclusive et engagée de la facilitation.

Les formations :

· Facilitation graphique

· Sketchnote

· Réunions participatives et productives

· Intelligence collective – Posture, outils et méthodes collaboratives

· Animer des ateliers à distance avec les outils collaboratifs

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Facilitation graphique

La facilitation graphique est un outil puissant pour animer et faire émerger l'intelligence collective. Elle rend visibles les idées d'un groupe, les clarifie, les structure et facilite leur mémorisation. En transformant la parole en "visuel", elle rend le complexe plus lisible et le flou plus concret. Vous apprendrez à capter l'essentiel, dessiner des structures visuelles claires et adopter une posture de facilitateur.trice graphique dans vos réunions, ateliers ou formations.

Public concerné

Facilitateurs, formateurs, coaches, chefs de projet, animateurs, UX designers
Managers, consultants ou toute personne souhaitant animer, synthétiser
ou présenter autrement même sans savoir dessiner



Compétences visées

- Traduire visuellement des idées, un message ou un échange collectif
- Maîtriser le vocabulaire visuel de base (lettrages, pictos, personnages)
- Structurer un visuel clair, équilibré et synthétique
- Capter et restituer des informations en temps réel
- Enrichir ses animations ou présentations avec la pensée visuelle

Objectifs de la formation

- Maîtriser les bases de la pensée visuelle et ses usages professionnels
- S'initier aux techniques de la facilitation graphique (lettrages, pictos, personnages, composants)
- Adopter une posture d'écoute, de synthèse et de mise en image au service du collectif



« Accessible à tous, cette formation vous initie à une pratique puissante mêlant écoute active, pensée visuelle, synthèse et créativité. »

Contenu de la formation

Facilitation graphique

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Comprendre et pratiquer la pensée visuelle

- Introduction à la facilitation graphique : définitions, rôles, usages concrets
- Posture et rôle du facilitateur graphique
- Sketchnoting, scribing, graphic recording : panorama des pratiques

Techniques graphiques

- Principes du lettrage visuel, typos expressives et lisibles
- Apprentissage progressif : pictogrammes simples, personnages, émotions, métaphores visuelles
- Mise en page visuelle : hiérarchisation, containers, couleurs, gestion de l'espace
- Réalisation d'un premier visuel guidé : de l'écoute à la synthèse graphique

S'exercer à la captation et à la synthèse visuelle

- Techniques d'écoute active et de filtrage de l'information
- Structuration de l'information : synthétiser et organiser les idées
- Exercices de captation en temps réel (live scribing) sur des contenus oraux
- Réalisation d'un visuel complet, individuel ou collectif



Concevoir ses supports d'animation visuelle

- Découverte d'une palette de supports clés :
Agenda visuel, consignes d'ateliers, règles du jeu, canevas de co-construction, cartes d'inspiration, fresques collaboratives, synthèses visuelles en temps réel
- Réalisation de plusieurs supports personnalisés, prêts à l'usage
- Conseils matériels : marqueurs, papiers, outils numériques adaptés

Mise en pratique !

La formation est rythmée par des temps d'expérimentation en continu. Chaque notion abordée donne lieu à des exercices graphiques individuels ou collectifs, pour ancrer les acquis. Les participants s'entraînent à concevoir des visuels concrets adaptés à leurs contextes : consignes, canevas, fresques, synthèses. À l'issue de la formation, chacun repart avec une boîte à outils visuelle prête à l'emploi pour animer avec clarté, créativité et impact.

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Sketchnote – L'art de transformer l'information en visuel clair et mémorable

Une journée pour découvrir la pensée visuelle et structurer ses prises de notes de manière claire, synthétique et engageante.

Public concerné

Professionnels souhaitant structurer visuellement leurs notes, réunions ou contenus. Formateurs, enseignants, consultants, facilitateurs, communicants...



« Sketchnoter, c'est donner forme à ce qu'on pense ou à ce qu'on entend, pour mieux s'en souvenir et mieux le partager. »

Compétences visées

- Capter et reformuler un message de manière synthétique et visuelle
- Utiliser des éléments graphiques simples pour illustrer une information.
- Organiser visuellement un contenu en le rendant plus lisible, structuré et mémorable.
- S'approprier une méthode reproductible de prise de notes visuelle pour un usage professionnel ou personnel.

Objectifs de la formation

- Découvrir les fondamentaux de la pensée visuelle
- S'approprier une bibliothèque visuelle
- Structurer ses prises de notes pour plus de clarté
- Réaliser un sketchnote complet à partir d'un contenu réel



Contenu de la formation

Sketchnote - L'art de transformer l'information en visuel clair et mémorable

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à la pensée visuelle et au Sketchnote

- Origines, usages et bénéfices de la pensée visuelle
- Posture du sketchnoteur : écoute active, esprit de synthèse, captation en temps réel

Les composants du langage visuel

- Typographies et lettrages simples et expressifs : majuscules, titres, effets visuels
- Pictogrammes essentiels : objets, actions, concepts abstraits
- Personnages & expressions : visages, émotions, postures
- Flèches, cadres, connecteurs : créer du lien et structurer l'information

Structurer sa page et organiser la lecture

- Hiérarchie visuelle : titres, niveaux de lecture
- Gabarits de composition : ligne du temps, colonne, bulle centrale, parcours libre
- Astuces de lisibilité et mise en page efficace

S'entraîner à sketchnoter un contenu réel

- Écoute active d'un podcast ou d'une capsule vidéo
- Prise de note visuelle en temps réel ou différé
- Partage et retours en groupe



Créer son propre répertoire graphique

- Élaboration d'une mini-bibliothèque personnelle d'icônes
- Raccourcis visuels, styles personnels et astuces de mémorisation
- Conseils pour pratiquer au quotidien et progresser dans son style

Mise en pratique !

La formation alterne apports et exercices concrets pour une montée en compétence progressive. L'après-midi, chaque participant réalise une prise de note visuelle à partir d'un contenu réel suivi d'un temps de partage en groupe.

FORMATION

Durée : 17h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Animer des réunions participatives et productives

Marre des réunions inefficaces et descendantes ? Cette formation vous aide à revisiter vos pratiques pour animer des temps collectifs dynamiques, structurés et utiles. Vous découvrirez des méthodes d'intelligence collective, des icebreakers pertinents, et des outils pour favoriser l'engagement, en présentiel comme à distance. Une formation complète pour faire de chaque réunion un levier de coopération et de créativité.

Public concerné

Managers, chefs de projet, responsables d'équipe ou de mission
Facilitateurs, consultants, formateurs, animateurs de groupe

« Animer une réunion participative, c'est créer les conditions d'un dialogue vivant, où chaque idée trouve sa place et fait avancer le collectif. »

Compétences visées

- Analyser les objectifs d'une réunion pour choisir les bons formats d'animation
- Mettre en œuvre des méthodes collaboratives (World Café, 6 chapeaux de Bono, icebreakers...)
- Préparer efficacement une réunion ou un atelier (enjeux, déroulé, matériel)
- Faciliter les échanges pour favoriser la participation, la créativité et la prise de décision
- Adopter une posture de facilitateur au service du collectif
- Utiliser des outils collaboratifs (Mural, Padlet, Kahoot, WooClap...)

Objectifs de la formation

- Apprendre à choisir le bon format pour chaque type de réunion
- Structurer et préparer des temps collectifs efficaces
- S'initier à des méthodes participatives simples et activantes
- Développer sa posture de facilitateur pour mieux engager les participants



Contenu de la formation

Animer des réunions participatives et productives

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

L'intelligence collective au service des réunions

- Principes de l'intelligence collective et de la collaboration
- Conditions de réussite pour des réunions impliquantes
- Analyse des représentations, freins et leviers liés aux réunions

Structurer une réunion participative

- Différents types de réunions et objectifs associés
- Méthodes collaboratives : World Café, prise de décision collective, exploration...
- Choisir les bons formats selon le contexte et les enjeux
- Concevoir un déroulé complet de réunion ou d'atelier et la checklist du matériel

Icebreakers et dynamique de groupe

- Panorama des icebreakers : pour démarrer, relancer, clôturer
- Exemples pratiques : photolangage, 30 cercles, super-pouvoirs, crache ta valda...
- Intégrer des icebreakers adaptés à ses réunions

Résolution de problèmes et créativité

- Utilisation des 6 chapeaux de Bono pour clarifier une situation ou prendre une décision
- Introduction à la divergence/convergence et aux règles CQFD de créativité



Posture de facilitateur & bonnes pratiques

- Posture d'écoute, de neutralité et de gestion de groupe
- Les bonnes pratiques pour des réunions efficaces et productives avec notre jeu *Facilitation à la Carte*

Zoom sur l'animation à distance

- Mural : Prise en main des fonctionnalités clés
- Adapter ses méthodes au distanciel
- Bonnes pratiques pour maintenir la dynamique à distance

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les apports sont immédiatement mis en pratique à travers des ateliers en intelligence collective, en présentiel comme à distance. L'intersession permet aux participants d'expérimenter dans leur contexte réel. La classe virtuelle de suivi offre un temps d'échange et de retour sur les expérimentations.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Intelligence collective -
Posture, outils et design d'ateliers

Cette formation s'adresse à celles et ceux qui souhaitent aller au-delà de l'animation de réunion pour devenir des facilitateur·rices capables de faire émerger l'intelligence collective dans des groupes. Vous apprendrez à concevoir des temps collaboratifs adaptés à vos enjeux, à construire une posture juste, à mobiliser les bons outils, et à créer un cadre de confiance propice à la co-construction. Chaque participant expérimente aussi le rôle de facilitateur à travers des exercices concrets, des formats flash et des ateliers guidés.

Public concerné

Managers, chefs de projet, consultants, formateurs, coachs internes, manager de transformation ou toute personne impliquée dans la conduite de projets collaboratifs. Avoir suivi une première formation de type "Réunions participatives et productives" est un plus, mais pas obligatoire.

« Faciliter un atelier, c'est ouvrir un espace où les idées circulent, les talents s'expriment et l'intelligence du groupe devient moteur de transformation. »

Compétences visées

- Adopter une posture de facilitateur.trice professionnel.le dans des contextes variés
- Concevoir et structurer un atelier collaboratif adapté à ses objectifs
- Mobiliser un panel élargi d'outils de facilitation
- Animer un groupe avec écoute, clarté et fluidité. Gérer les interactions, créer un cadre sécurisant et inclusif
- Clôturer un atelier par un temps de déclusion pertinent, valoriser les apprentissages et faire émerger des plans d'action ou de nouvelles perspectives
- Prendre du recul sur sa pratique et recevoir du feedback constructif

Objectifs de la formation

- Comprendre les dynamiques de groupe et faire vivre l'intelligence collective
- Adopter une posture de facilitateur au service du collectif
- Concevoir et structurer des ateliers collaboratifs selon des objectifs ciblés
- S'approprier des outils concrets et s'entraîner à les animer avec feedback



Contenu de la formation

Intelligence collective - Posture, outils et design d'ateliers

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Posture et environnement du facilitateur

- Rôles, éthique et cadre de la facilitation
- Posture de neutralité, écoute active, présence et ancrage
- Cadre de sécurité psychologique et inclusion des participants
- Exercices d'auto-positionnement, visualisation, mises en situation

Design d'ateliers et du processus collaboratif

- Comprendre les étapes d'un temps d'intelligence collective : intention, inclusion, divergence, convergence, déclusion et clôture
- Mener un entretien commanditaire
- Choisir les bons formats selon les objectifs : diagnostic, idéation, décisions, priorisation, vision, etc.
- Construire une trame d'atelier : durée, transitions, rythme, supports

Outils, kit du facilitateur et animation

- Présentation du kit du facilitateur : matériel, supports, post-it, jeux canevas, outils numériques
- Icebreakers et energizers adaptés à la facilitation (30 cercles, bâtons d'hélium, photolangage, Animal Totem ...)
- Méthodes d'animation collaborative : fast CoDev, Fleur de Lotus, souviens toi du futur, Cover Story ...
- Bilan, ressources, et projection dans ses propres pratiques



Animer un temps de déclusion et de débrief

- Enjeux et apports d'un bon temps de clôture : ancrage, intégration, valorisation, feed-back
- Différents formats de débrief
- Adapter le niveau de profondeur selon les contextes (atelier stratégique, réunion opérationnelle...)
- Savoir faire émerger des apprentissages et projections collectives en fin d'atelier

Mise en pratique !

Chaque séquence intègre des temps d'expérimentation concrets : icebreakers, animations flash, co-design d'ateliers, mini-facilitations avec feedback... Les participants testent en direct les outils proposés et s'approprient les postures à travers des exercices variés. Ils conçoivent leur propre séquence d'intelligence collective et s'entraînent à l'animer en conditions réelles. Cette mise en situation progressive est enrichie par les retours du formateur et du groupe. Une part importante est aussi consacrée à l'échange de pratiques, à l'analyse d'expériences terrain et à la construction de repères transférables dans chaque contexte professionnel.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Animer des ateliers collaboratifs à distance avec les outils collaboratifs

Les temps collectifs à distance se multiplient, mais ne se ressemblent pas toujours. Cette formation vous permettra d'animer des ateliers collaboratifs efficaces et dynamiques à distance, en apprenant à combiner outils numériques et méthodologies de facilitation. Vous découvrirez comment concevoir un déroulé fluide, engager les participants à travers l'écran, mobiliser des outils comme Mural ou Padlet, et créer des expériences collectives productives, même à distance.

Public concerné

Formateurs, facilitateurs, chefs de projet, consultants, managers ou toute personne amenée à animer des temps collectifs ou ateliers à distance.
Aisance minimale avec les outils numériques recommandée.

« Animer un atelier à distance, c'est créer à travers l'écran un espace vivant où la collaboration prend forme, les idées s'activent et le collectif avance ensemble. »

Compétences visées

- Concevoir des ateliers collaboratifs adaptés au distanciel
- Maîtriser les outils numériques de facilitation (Mural, Padlet, Kahoot, WooClap ...)
- Mobiliser un panel élargi d'outils de facilitation
- Structurer un déroulé efficace et stimulant
- Mobiliser des techniques d'animation engageantes à distance
- Animer un groupe à distance de manière fluide, claire et interactive

Objectifs de la formation

- Concevoir un atelier collaboratif adapté à un format distanciel
- Utiliser des outils numériques pour structurer et animer à distance
- Encourager la participation et la co-construction malgré la distance
- Instaurer un cadre de confiance et de collaboration dans le format distanciel



Contenu de la formation

Animer des ateliers collaboratifs à distance avec les outils collaboratifs

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Cadre et enjeux de l'animation à distance

- Spécificités de l'animation distancielle : défis, limites, opportunités
- Clés d'un atelier réussi à distance
- Le rôle de la technique, de la clarté, de la posture et des outils

Construire un déroulé engageant

- Types d'ateliers à distance : créativité, vision, priorisation, etc.
- Définir des objectifs clairs et des étapes structurées
- Élaborer un déroulé fluide : rythme, transitions, supports
- Cas pratiques : analyse de déroulés existants et remix

Mobiliser les bons outils

- Panorama des meilleurs outils dédiés à l'animation à distance
- Présentation de Mural, Padlet, Kahoot, WooClap ...
- Cas d'usage selon les types d'ateliers
- Atelier pratique : prise en main de Mural et construction d'un espace collaboratif

Techniques d'animation à distance

- Icebreakers et inclusion à distance
- Posture du facilitateur à distance : clarté, énergie, gestion de l'écran
- Gestion des temps, consignes et interactions
- Astuces d'animation, inclusion visuelle, engagement des participants



Mise en pratique et retours croisés

- Conception en binôme d'un mini atelier à distance
- Animation d'une séquence par les participants
- Retours croisés et feedback du groupe et des formateurs

Mise en pratique !

Les participant·es alternent apports méthodologiques et exercices concrets pour expérimenter les outils numériques en conditions réelles. Ils conçoivent et animent une séquence avec un feedback personnalisé, pour ancrer les apprentissages dans leurs pratiques professionnelles.

03

THÉMATIQUE :

Productivité & Outils numériques

Automatiser, organiser, collaborer, créer…
Cette catégorie vous aide à prendre en main les outils numériques qui facilitent le quotidien professionnel.
Elle s'adresse à celles et ceux qui veulent gagner en efficacité, simplifier leurs process, ou simplement enrichir leur boîte à outils avec des solutions pratiques et accessibles.

Les formations :

- Intelligence Artificielle générative – Explorer les usages professionnels
- Notion
- Animer des ateliers à distance avec les outils collaboratifs
- Outils numériques pour le travail collaboratif
- Automatiser ses tâches avec MAKE
- Figma

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Intelligence Artificielle générative
Explorer les usages professionnels

L'IAg transforme nos façons de créer, de communiquer et de travailler. Cette formation immersive propose de découvrir ses usages professionnels concrets (texte, image, audio, vidéo, chatbots...), de s'initier à l'art du prompt, et de concevoir une première stratégie IA adaptée à ses besoins. À travers des outils comme ChatGPT, DALL-E, Perplexity, Suno, Runway ou Mural, les participant·es explorent les possibilités offertes par l'IA tout en gardant une posture critique et éthique.

Public concerné

Professionnels curieux de découvrir les opportunités offertes par l'IA générative :
Dirigeants, managers, communicants, créateurs de contenus, consultants, chefs de projet, coachs, formateurs, indépendants...



« Explorer l'IA générative, c'est ouvrir un champ de possibles où la technologie devient partenaire de créativité, de productivité et d'innovation. »



Objectifs de la formation

- Comprendre les enjeux et les usages professionnels de l'IA générative
- S'initier au prompt engineering pour produire des contenus pertinents
- Explorer des outils IA pour créer textes, images, vidéos ou sons
- Concevoir un chatbot ou une stratégie IA adaptée à son activité

Compétences visées

- Comprendre les usages et limites de l'IA générative
- Créer des prompts efficaces pour différents cas d'usage
- Expérimenter une palette d'outils IA variés et accessibles
- Concevoir un chatbot adapté à son contexte professionnel
- Formaliser une stratégie ou un plan d'actions pour intégrer l'IA

Contenu de la formation

Intelligence artificielle générative - Explorer les usages professionnels

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à l'IA générative

- Qu'est-ce que l'IA générative ? Panorama et évolutions récentes
- Domaines d'application dans les métiers (communication, RH, formation, production...)
- Enjeux éthiques, RGPD, biais et posture responsable

Maîtriser les bases du Prompt Engineering

- Règles de formulation d'un prompt clair, structuré, ciblé
- Typologies de prompts : créatif, analytique, explicatif, reformulation...
- Ateliers de création, amélioration et comparaison de prompts

Ateliers thématiques par besoin ou métier

- Générer du contenu texte : post, résumé, plan, article, fiche produit...
- Générer des contenus multimédias : images, sons et vidéos
- Cas pratiques personnalisés par secteur ou métier
- Retour collectif sur les créations produites

Création de chatbots dédiés

- Présentation des concepts derrière les GPTs personnalisés
- Étapes pour développer un chatbot sur mesure (fonction, cible, contexte)
- Exemples concrets d'usages en entreprise : accueil client, FAQ, tutoriels, RH
- Atelier : conception et prototypage d'un chatbot par chaque participant



Réflexion stratégique & plan d'action IA

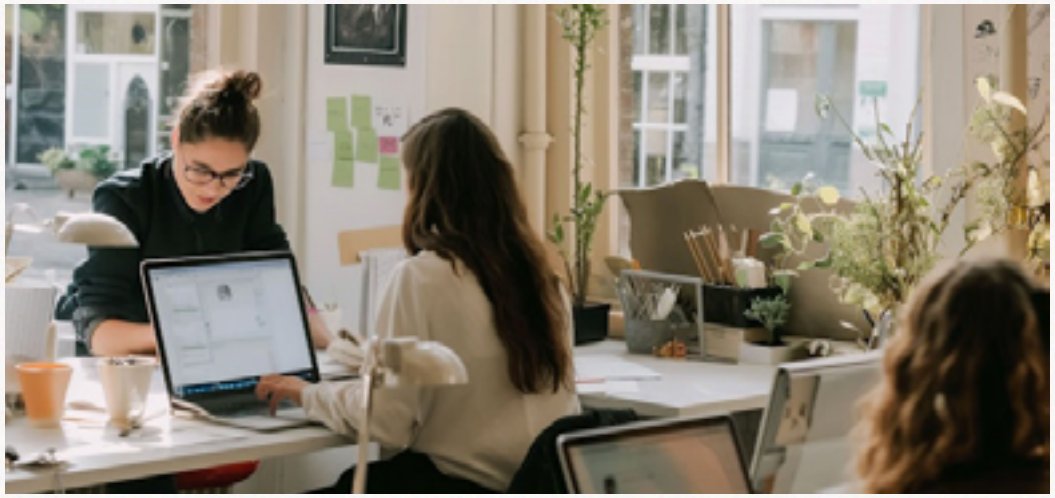
- Identification des opportunités et risques selon son secteur
- Réflexion collective sur la transformation des métiers par l'IA
- Élaboration d'un plan d'action personnalisé pour intégrer l'IA à son activité
- Échanges autour des scénarios futurs et des limites actuelles

Mise en pratique !

La formation repose sur une pédagogie active et expérientielle.
Chaque participant·e teste les outils en direct, produit des contenus IA selon ses enjeux, conçoit un prototype de chatbot ou une feuille de route, et bénéficie d'un accompagnement pas-à-pas.
Des moments de co-analyse et d'échanges permettent de renforcer l'esprit critique face à l'IA.

FORMATION

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Notion - Organiser, centraliser et créer avec un outil tout-en-un

Notion est une application numérique tout-en-un, puissante et personnalisable, qui permet de structurer des pages, bases de données, tableaux, listes, contenus, projets ou routines de manière fluide et esthétique. Cette formation s'adresse à toutes les personnes souhaitant découvrir les fondamentaux de Notion, comprendre ses logiques et ses fonctionnalités clés, et repartir avec des premiers espaces personnalisés selon leurs besoins : prise de notes, organisation personnelle, centralisation d'informations, partage collaboratif, gestion de contenus ou suivi d'activités.

Public concerné

Professionnels souhaitant découvrir un outil polyvalent pour organiser leurs idées, leur travail ou leurs projets : formateurs, facilitateurs, chefs de projets, consultants, managers, entrepreneurs, dirigeants ...



« Utiliser Notion, c'est concevoir un espace de travail à son image : modulable, visuel et ultra-fonctionnel pour enfin tout centraliser au même endroit. »

Objectifs de la formation

- Comprendre la logique de fonctionnement de Notion
- Prendre en main les fonctionnalités essentielles pour créer du contenu structuré
- Concevoir des pages et bases simples adaptées à ses besoins professionnels ou personnels
- Explorer des cas d'usage concrets pour organiser efficacement son espace de travail

Compétences visées

- Naviguer et construire des espaces dans Notion en autonomie
- Structurer des contenus (texte + visuels) avec une logique claire
- Créer et utiliser des bases de données simples avec filtres et vues
- Adapter Notion à ses propres besoins personnels ou professionnels
- Initier une organisation numérique fluide, durable et centralisée

Contenu de la formation

Notion - Organiser, centraliser et créer avec un outil tout-en-un

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Prise en main et exploration

- Pourquoi utiliser Notion ? Tour d'horizon des cas d'usage
- Créer son compte, naviguer dans l'interface, structurer son espace
- Comprendre les blocs : texte, titres, listes, colonnes, images, tableaux
- Créer ses premières pages organisées : notes, agendas, routines, tableaux simples

Bases de données et usages avancés

- Créer une base de données : vue tableau, galerie, calendrier
- Ajouter des filtres, tags, propriétés, relations entre pages
- Créer des templates réutilisables et vues multiples
- Études de cas personnalisés : base de contenus, suivi client, ressources partagées
- Atelier : création d'un espace de travail personnalisé + export d'un modèle de base



Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants créent et structurent leur propre espace Notion en temps réel, à partir de leurs besoins personnels ou professionnels. Chaque fonctionnalité est explorée par la pratique : création de pages, intégration de blocs, conception de bases de données, filtres, tags, vues multiples... L'après-midi est dédiée à un atelier d'autonomie guidée, où chacun construit un espace personnalisé (suivi de projet, base de contenus, mini-CRM, organisation personnelle, etc.) avec l'appui du formateur. Chaque participant repart avec un modèle réutilisable et des conseils pour faire évoluer son organisation numérique.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Animer des ateliers collaboratifs à distance avec les outils collaboratifs

Les temps collectifs à distance se multiplient, mais ne se ressemblent pas toujours. Cette formation vous permettra d'animer des ateliers collaboratifs efficaces et dynamiques à distance, en apprenant à combiner outils numériques et méthodologies de facilitation. Vous découvrirez comment concevoir un déroulé fluide, engager les participants à travers l'écran, mobiliser des outils comme Mural ou Padlet, et créer des expériences collectives productives, même à distance.

Public concerné

Formateurs, facilitateurs, chefs de projet, consultants, managers ou toute personne amenée à animer des temps collectifs ou ateliers à distance.
Aisance minimale avec les outils numériques recommandée.

« Animer un atelier à distance, c'est créer à travers l'écran un espace vivant où la collaboration prend forme, les idées s'activent et le collectif avance ensemble. »

Compétences visées

- Concevoir des ateliers collaboratifs adaptés au distanciel
- Maîtriser les outils numériques de facilitation (Mural, Padlet, Kahoot, WooClap ...)
- Mobiliser un panel élargi d'outils de facilitation
- Structurer un déroulé efficace et stimulant
- Mobiliser des techniques d'animation engageantes à distance
- Animer un groupe à distance de manière fluide, claire et interactive

Objectifs de la formation

- Concevoir un atelier collaboratif adapté à un format distanciel
- Utiliser des outils numériques pour structurer et animer à distance
- Encourager la participation et la co-construction malgré la distance
- Instaurer un cadre de confiance et de collaboration dans le format distanciel



Contenu de la formation

Animer des ateliers collaboratifs à distance avec les outils collaboratifs

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Cadre et enjeux de l'animation à distance

- Spécificités de l'animation distancielle : défis, limites, opportunités
- Clés d'un atelier réussi à distance
- Le rôle de la technique, de la clarté, de la posture et des outils

Construire un déroulé engageant

- Types d'ateliers à distance : créativité, vision, priorisation, etc.
- Définir des objectifs clairs et des étapes structurées
- Élaborer un déroulé fluide : rythme, transitions, supports
- Cas pratiques : analyse de déroulés existants et remix

Mobiliser les bons outils

- Panorama des meilleurs outils dédiés à l'animation à distance
- Présentation de Mural, Padlet, Kahoot, WooClap ...
- Cas d'usage selon les types d'ateliers
- Atelier pratique : prise en main de Mural et construction d'un espace collaboratif

Techniques d'animation à distance

- Icebreakers et inclusion à distance
- Posture du facilitateur à distance : clarté, énergie, gestion de l'écran
- Gestion des temps, consignes et interactions
- Astuces d'animation, inclusion visuelle, engagement des participants



Mise en pratique et retours croisés

- Conception en binôme d'un mini atelier à distance
- Animation d'une séquence par les participants
- Retours croisés et feedback du groupe et des formateurs

Mise en pratique !

Les participant·es alternent apports méthodologiques et exercices concrets pour expérimenter les outils numériques en conditions réelles. Ils conçoivent et animent une séquence avec un feedback personnalisé, pour ancrer les apprentissages dans leurs pratiques professionnelles.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Outils numériques pour le travail collaboratif

Comment mieux coopérer à distance, centraliser l'information et fluidifier les échanges dans un projet ? Cette formation vous propose de découvrir les principes du travail collaboratif, d'explorer les bases de l'agilité, puis de vous approprier des outils numériques concrets pour co-construire, partager, suivre et communiquer efficacement. Vous testerez plusieurs outils adaptés à différents usages, puis choisirez ceux qui correspondent le mieux à vos besoins pour les mettre en œuvre de manière autonome.

Public concerné

Professionnels souhaitant renforcer leur organisation collaborative : chefs de projet, managers, chargés de mission, formateurs, indépendants, membres d'équipes hybrides ou en télétravail.



« Travailler en mode collaboratif, c'est poser les bases d'une coopération fluide et choisir les bons outils pour faire circuler les idées, les infos et l'énergie. »

Compétences visées

- Identifier les leviers d'une organisation collaborative efficace
- Choisir des outils numériques adaptés à ses usages
- Savoir paramétrer et utiliser les fonctions clés des outils présentés
- Organiser et partager l'information de manière fluide
- Gagner en efficacité et en lisibilité dans le travail en équipe

Objectifs de la formation

- Comprendre les bases du travail collaboratif et de l'agilité
- Identifier les bons outils selon ses besoins
- Expérimenter Slack, Trello, Notion, Padlet, Mural...
- Structurer un espace de travail collaboratif et efficace

Contenu de la formation

Outils numériques pour le travail collaboratif

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Culture collaborative et introduction à l'agilité

- Définir le travail collaboratif : coopération, coordination, communication
- Identifier les conditions de réussite : rôles, outils, rythmes, règles
- Introduction à l'agilité : valeurs, rituels, visualisation, amélioration continue
- Repérer les freins et leviers dans sa propre organisation

Panorama des outils de travail collaboratif

- Tour d'horizon : outils de gestion, de communication, de visualisation, de production partagée
- Comparaison des usages, avantages, limites et modèles freemium
- Carte mentale collective des outils utilisés dans le groupe

Prise en main guidée d'outils sélectionnés

- Slack : organiser la communication interne, canaux, intégrations
- Padlet : brainstorming, tableau de bord visuel, partage de contenus
- Trello : gérer un projet ou un flux de tâches en méthode Kanban
- Notion : organiser une base de ressources partagées, construire des pages collaboratives
- Mural : animer un atelier collaboratif à distance



Appropriation et plan d'action

- Chaque participant choisit 1 ou 2 outils à approfondir selon ses besoins
- Élaboration d'un plan d'intégration progressif dans son organisation
- Ressources complémentaires partagées pour aller plus loin en autonomie

Mise en pratique !

Chaque séquence de la formation combine apports concrets et manipulation d'outils en direct. Les participants testent, comparent et paramètrent eux-mêmes plusieurs plateformes (Slack, Padlet, Trello, Notion...), à travers des cas pratiques et des mini-simulations.
Un atelier de personnalisation en fin de parcours leur permet de créer un espace de travail adapté à leur activité, puis de bâtir un plan d'action pour intégrer ces outils dans leur quotidien professionnel.

FORMATION

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Automatiser ses tâches avec Make

Cette formation permet de découvrir les fondamentaux de l'automatisation avec MAKE, une plateforme no-code puissante et visuelle. Vous apprendrez à créer des scénarios simples pour automatiser vos processus du quotidien, sans avoir besoin de coder. Grâce à des cas pratiques (gestion d'e-mails, synchronisation de bases de données, CRM, publications automatisées...), vous serez en mesure d'identifier vos propres opportunités d'automatisation. Une journée pour poser les bases et repartir avec des premières automatisations activées, en toute autonomie.

Public concerné

Indépendants, coordinateurs, chefs de projets, communicants, formateurs, professionnels en charge de missions répétitives ou transverses souhaitant optimiser leur productivité.
Une familiarité avec des outils comme Notion, Trello, Slack, Google Sheets ou Airtable est un plus.



« Automatiser, c'est libérer du temps, réduire les tâches répétitives et se concentrer sur ce qui a vraiment de la valeur.»

Compétences visées

- Comprendre le fonctionnement d'une automatisation no-code
- Utiliser MAKE pour connecter et faire dialoguer plusieurs outils
- Créer un scénario simple et fonctionnel
- Identifier les limites, sécurités et bonnes pratiques de l'automatisation

Objectifs de la formation

- Comprendre les principes de l'automatisation et les cas d'usage courants
- Créer un scénario simple avec MAKE (triggers, actions, filtres)
- Interconnecter des outils du quotidien
- Identifier des opportunités concrètes d'automatisation dans ses propres process

Contenu de la formation

Automatiser ses tâches avec Make

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Comprendre et prendre en main MAKE

- Introduction à l'automatisation et au no-code : pourquoi et pour qui ?
- Panorama des outils no-code : Zapier vs MAKE, points forts de MAKE
- Découverte de l'interface MAKE : modules, scénarios, logique d'enchaînement
- Exercice guidé : création de son premier scénario simple (formulaire > e-mail > base de données)

Pratique guidée et scénarios utiles

- Exemples de cas d'usage professionnels :

- automatiser des relances ou des notifications
- synchroniser un CRM avec un formulaire
- créer un tableau de suivi dynamique (ex : inscriptions à un atelier, suivi client...)

- Atelier personnalisé : chaque participant identifie une situation à automatiser
- Création en binôme ou en autonomie d'un scénario adapté à ses besoins
- Partage des réalisations et bilan collectif



Mise en pratique !

Tout au long de la journée, les participants pratiquent sur leur propre compte MAKE (gratuit ou version test) avec leurs outils habituels.
Les ateliers sont centrés sur des cas d'usage concrets et transférables, pour repartir avec une première automatisation activée.
Un guide PDF "Les premières automatisations avec MAKE" est remis à chaque participant, incluant des modèles de scénarios, des checklists de vérification et une sélection de ressources pour aller plus loin.

FORMATION

Durée : 21h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



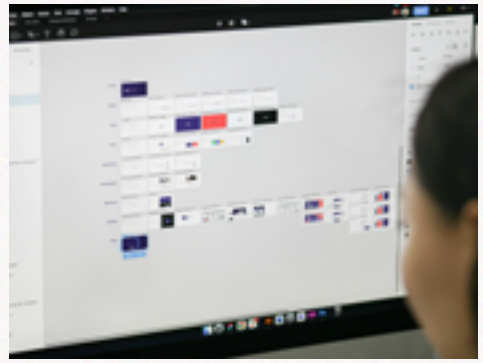
FIGMA – Prototyper des interfaces interactives

Cette formation immersive vous permettra de maîtriser Figma, de la conception d'interfaces à leur mise en ligne. Vous découvrirez les outils collaboratifs, les fonctionnalités avancées telles que Figma Make, Figma Sites, Figma Draw, la nouvelle grille responsive et les intégrations IA.Grâce à des mises en pratique concrètes, vous serez en mesure de concevoir des interfaces interactives et responsives, tout en optimisant la collaboration avec les équipes de développement.

Public concerné

Designers UX/UI, Directeurs artistiques, Chefs de projets, Développeurs Consultants... Toute personne souhaitant utiliser Figma pour la conception et la création d'interfaces

Prérequis : Bonne connaissance de l'environnement web et des bases en design d'interface. Aisance avec les outils numériques.



« Prototyper avec Figma, c'est donner vie à ses idées, tester rapidement des solutions et créer des expériences claires et engageantes. »

Compétences visées

- Maîtriser les outils de base et avancés de Figma.
- Concevoir des interfaces responsives et interactives.
- Utiliser les nouvelles fonctionnalités de Figma (Make, Sites, Draw, grille responsive).
- Collaborer efficacement au sein d'une équipe de design.
- Publier des prototypes interactifs et des sites web depuis Figma.

Objectifs de la formation

- Concevoir des interfaces web et mobiles modernes avec Figma.
- Utiliser les fonctionnalités avancées : composants, variants, auto layout, grille responsive.
- Prototyper des interactions complexes avec Figma Prototype.
- Publier des sites web interactifs directement depuis Figma avec Figma Sites.
- Exploiter les outils IA de Figma Make pour accélérer le prototypage.

Contenu de la formation

Figma - Prototyper des interfaces interactives

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à Figma

- Présentation de l'interface et des outils de base.
- Création et gestion de projets.
- Utilisation des frames, groupes et calques.
- Importation d'images et utilisation de plugins (ex : Unsplash).

Conception d'interfaces

- Utilisation des outils de dessin et de texte.
- Application de styles : couleurs, typographies, effets.
- Création de composants et de variants.
- Utilisation de la grille responsive pour des mises en page adaptatives.

Prototypage interactif

- Création de prototypes avec interactions : clics, survols, transitions.
- Utilisation de Smart Animate pour des animations fluides.
- Gestion des interactions complexes : drag & drop, défilements.

Collaboration et partage

- Partage de projets et gestion des droits d'accès.
- Utilisation de commentaires pour la co-conception.
- Exportation des assets pour les développeurs.

Nouvelles fonctionnalités Figma 2025

- Exploration de Figma Make pour le prototypage assisté par IA.
- Utilisation de Figma Sites pour la publication de sites web.
- Découverte de Figma Draw pour l'illustration vectorielle.
- Application de la grille responsive pour des designs adaptatifs.

Mise en pratique !

Chaque module est accompagné d'exercices pratiques pour ancrer les apprentissages. Les participants travailleront sur des projets concrets, tels que la conception d'une application mobile, la création d'un kit UI, le prototypage d'interactions complexes et la publication d'un site web.

04

THÉMATIQUE :

Responsabilité & Impact

Agir avec conscience, structurer des démarches durables et créer des environnements plus inclusifs : cette catégorie propose des formations pour transformer les intentions en actions concrètes. Elle donne des clés pour intégrer la transition écologique, la RSE ou l'accessibilité dans vos projets professionnels.

Les formations :

· Design circulaire – Innover de façon durable

· Introduction à la RSE – Structurer une démarche concrète et engagée

· Agir pour l'inclusion et le handicap en milieu professionnel

FORMATION

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Design Circulaire – Innover au service du vivant et des ressources

Le Design Circulaire est une démarche d'innovation qui allie pensée systémique, éco-conception et création de valeur partagée. Cette formation vous permet d'explorer les fondements de l'économie circulaire et d'expérimenter des outils de design pour repenser vos produits, services ou modèles économiques dans une logique régénérative. Grâce au Circular Canva® et à des ateliers concrets, vous apprendrez à intégrer la circularité dès la phase de conception, en tenant compte des impacts sociaux, environnementaux et économiques.

Public concerné

Professionnels du design, de l'innovation, de la transition ou de la stratégie : designers, chefs de projet, consultants, responsables RSE, entrepreneurs, facilitateurs, ingénieurs, acteurs de l'économie sociale et solidaire.



« Appliquer le design circulaire, c'est penser en écosystèmes pour créer des solutions durables, utiles et porteuses de sens pour les générations futures. »

Compétences visées

- Appliquer les principes de l'économie circulaire à un projet ou une activité.
- Utiliser les outils du design circulaire pour créer des solutions durables.
- Repenser un modèle économique dans une logique régénérative.
- Favoriser la coopération entre acteurs à impact grâce à la cartographie des parties prenantes.

Objectifs de la formation

- Comprendre les bases du design circulaire et de l'économie régénérative
- Intégrer la pensée systémique dans ses projets de conception
- Utiliser le Circular Canva® pour transformer un modèle économique
- Cartographier les parties prenantes et favoriser la coopération durable

Contenu de la formation

Design Circulaire - Innover au service du vivant et des ressources

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction au Design Circulaire

- Icebreaker & introduction à l'économie circulaire
- Comprendre les principes de circularité, régénération, écoconception
- Découvrir la pensée systémique appliquée à la conception
- Atelier : analyse d'un exemple concret de projet circulaire

Redessiner son modèle économique avec le Circular Canva®

- Présentation du Circular Canva® et de ses 12 blocs
- Étude de cas : analyse d'une entreprise ayant intégré la circularité
- Atelier collectif : mise en pratique sur un projet réel ou fictif apporté par les participants
- Générer des idées circulaires et durables pour transformer un modèle

Écosystèmes, coopération et valeur partagée

- Introduction au Partner Map : identifier les parties prenantes et leur rôle
- Cartographier son écosystème et repérer les leviers de coopération
- Atelier : création d'une Partner Map et élaboration d'un scénario de collaboration durable



Clôture & projection

- Partage des apprentissages clés et des prises de conscience
- Échanges sur l'intégration dans son contexte professionnel
- Accès à des ressources complémentaires et au Design Social Club

Mise en pratique !

Les participants expérimentent chaque outil présenté à travers un projet fil rouge en équipe. Ils analysent un cas concret avec le Circular Canva®, puis cartographient les parties prenantes grâce au Partner Map. L'ensemble des exercices favorise l'intelligence collective, la créativité et l'ancrage des apprentissages dans des enjeux réels. Les productions servent de base à des projets transférables dans leur contexte professionnel.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Responsabilité Sociétale des entreprises (RSE)

**Comment faire de la RSE un levier stratégique pour votre entreprise ?
Cette formation vous aide à comprendre les fondamentaux de la Responsabilité Sociétale des Entreprises, à structurer une démarche RSE adaptée à votre structure, et à mettre en œuvre des actions concrètes en faveur du développement durable, de l'engagement sociétal et de la responsabilité sociale. Vous apprendrez également à valoriser vos actions à travers une communication pertinente et un reporting efficace.**

Public concerné

Responsables RSE, chefs de projet, dirigeants, managers, consultants, communicants, porteurs de projets durables...
Aucun prérequis technique.
Une sensibilisation au développement durable est un plus.



« S'engager dans une démarche RSE, c'est aligner performance, éthique et impact pour construire une entreprise plus responsable et durable.»

Objectifs de la formation

- Comprendre les fondamentaux et enjeux actuels de la RSE
- Identifier les leviers d'intégration dans son organisation
- Mettre en place une démarche RSE concrète et mesurable
- Valoriser ses engagements par une communication responsable

Compétences visées

- Structurer une politique RSE alignée avec la stratégie de l'entreprise
- Piloter des actions concrètes en matière de RSE
- Utiliser des outils de diagnostic, suivi et évaluation (indicateurs, reporting...)
- Valoriser les engagements RSE auprès des parties prenantes internes et externes

Contenu de la formation

Responsabilité Sociétale des Entreprises - (RSE)

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à la RSE et cadre de référence

- Définition, historique et principes clés
- Normes, labels et certifications (ISO 26000, Global Compact...)
- Enjeux et bénéfices pour l'entreprise et ses parties prenantes

Intégrer la RSE dans la stratégie d'entreprise

- Identifier les enjeux RSE spécifiques à sa structure
- Élaborer une politique RSE cohérente et ambitieuse
- Constituer un comité ou une gouvernance dédiée

Mettre en œuvre des actions RSE concrètes

- Développement durable : gestion des ressources, énergie, déchets
- Responsabilité sociale : QVT, inclusion, diversité
- Engagement sociétal : ancrage territorial, partenariats, mécénat

Suivre et valoriser sa démarche RSE

- Indicateurs de performance RSE et outils de suivi
- Méthodologies de reporting et d'évaluation
- Communication interne et externe (rapport RSE, réseaux sociaux...)



Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants travaillent sur leur propre contexte professionnel à travers des exercices appliqués : diagnostic RSE, cartographie des enjeux, rédaction d'un plan d'action réaliste et simulation d'une communication responsable. En sous-groupes, ils partagent leurs idées, co-construisent des solutions concrètes et s'inspirent d'initiatives existantes. L'ancrage se fait par la mise en perspective des outils avec leur organisation et l'élaboration d'un livrable opérationnel en fin de parcours.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Agir pour l'inclusion et le handicap en milieu professionnel

Cette formation s'adresse à tous ceux qui souhaitent contribuer à un environnement professionnel plus juste, accessible et respectueux des différences, en particulier pour les personnes en situation de handicap. À travers des ateliers interactifs, des temps de réflexion collective et la Fresque du Handicap, les participants prennent conscience des représentations, identifient les freins à l'inclusion et s'approprient des leviers d'action concrets. L'approche inclut des mises en situation, des outils pratiques et des cas spécifiques pour les facilitateurs, formateurs et managers qui animent des groupes. Une formation pour passer de l'intention à l'action.

Public concerné

Managers, RH, référents handicap, coordinateurs, formateurs, facilitateurs, coachs
Professionnels de l'accompagnement ou de l'insertion souhaitant agir concrètement pour l'inclusion.



« Favoriser l'inclusion, c'est créer un cadre où chaque singularité est prise en compte, pour que chacun puisse contribuer pleinement, avec ses forces et ses besoins.»

Compétences visées

- Adopter une posture d'écoute, de respect et de non-jugement
- Identifier les types de handicap et les impacts dans le cadre professionnel
- Appliquer les principes d'accessibilité dans les animations, réunions, collaborations
- Accompagner ou orienter une personne en situation de handicap
- Savoir animer un collectif en tenant compte des besoins spécifiques

Objectifs de la formation

- Comprendre les différents types de handicap et leurs conséquences
- Identifier les freins et leviers d'action pour plus d'inclusion
- Adapter sa posture et ses outils pour inclure tous les profils
- Intégrer l'accessibilité dans ses animations et communications

Contenu de la formation

Agir pour l'inclusion et le handicap en milieu professionnel

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Représentations, biais et réalités du handicap

- Ateliers d'introduction : qu'est-ce que l'inclusion ?
- Identification des biais inconscients et stéréotypes
- Fresque du Handicap : sensibilisation aux différentes formes de handicap, mise en perspective des impacts au travail
- Temps d'échange et prise de recul sur ses pratiques

Cadre légal, obligations et leviers RH

- Loi handicap et obligations légales en entreprise
- Rôle du référent handicap
- Recrutement, intégration et maintien dans l'emploi
- Les aménagements raisonnables : quoi, comment, pour qui ?

Accessibilité et pratiques inclusives

- Accessibilité physique, numérique, cognitive et relationnelle
- Adapter un contenu, une réunion, un support pour qu'il soit accessible à tous
- Communication inclusive : langage, visuels, supports, posture



Posture managériale & animation inclusive

- Comment animer un groupe en tenant compte de la diversité des profils ?
- Adapter les jeux, les ateliers et les dynamiques collectives (cas pratiques pour les facilitateurs)
- Atelier de co-construction : concevoir une animation ou un dispositif plus inclusif
- Retour collectif sur les engagements et leviers d'action dans sa structure

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants travaillent sur leur propre contexte professionnel à travers des exercices appliqués : diagnostic RSE, cartographie des enjeux, rédaction d'un plan d'action réaliste et simulation d'une communication responsable. En sous-groupes, ils partagent leurs idées, co-construisent des solutions concrètes et s'inspirent d'initiatives existantes. L'ancrage se fait par la mise en perspective des outils avec leur organisation et l'élaboration d'un livrable opérationnel en fin de parcours.

05

THÉMATIQUE :

Agilité & Gestion de projet

Des projets mieux pilotés, plus collectifs, plus adaptables : cette catégorie forme aux approches agiles et collaboratives. Vous y apprendrez à organiser le travail en équipe, clarifier les rôles et rythmes, et faire avancer vos projets avec méthode, autonomie et esprit d'équipe.

Les formations :

- Initiation à la gestion de projet agile
- Piloter un projet en mode collaboratif
- Outils numériques pour le travail collaboratif

FORMATION

Durée : 21h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Initiation à la gestion de projet agile

Cette formation vous initie aux fondements de l'agilité, en particulier Scrum et Kanban, pour piloter vos projets de manière souple, réactive et centrée sur la valeur. Vous découvrirez les rituels clés, les outils visuels, les rôles et les bonnes pratiques qui favorisent l'adaptation continue et la coopération d'équipe. Grâce à des ateliers pratiques, vous expérimenterez chaque étape à travers un projet fil rouge, pour repartir avec des outils concrets à transposer dans votre contexte.

Public concerné

Chefs de projet, managers, responsables d'équipe, indépendants, coordinateurs
Consultants ou toute personne souhaitant s'initier à la gestion de projet agile.



« Gérer un projet en mode agile, c'est avancer par petits pas concrets, en équipe, pour créer plus de valeur avec plus de souplesse. »

Objectifs de la formation

- Comprendre les principes clés de l'agilité et du manifeste agile
- Structurer un projet en sprints et organiser un backlog clair
- Prioriser et planifier avec des outils visuels simples
- Piloter avec des rituels agiles pour favoriser la collaboration

Compétences visées

- Appliquer les bases de la gestion de projet en mode agile
- Organiser un backlog, rédiger des user stories et prioriser les tâches
- Utiliser un outil de management visuel (Trello, Notion...)
- Animer les rituels agiles pour faciliter la collaboration
- Savoir animer un collectif en tenant compte des besoins spécifiques
- Piloter un projet de manière itérative et adaptable

Contenu de la formation

Initiation à la gestion de projet agile

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne



Fondamentaux de l'agilité

- Les limites des méthodes classiques et les nouveaux enjeux des projets
- Le Manifeste agile : 4 valeurs, 12 principes
- Les grands cadres agiles (Scrum, Kanban, Lean) et leurs complémentarités
- Rôles et responsabilités : Product Owner, Scrum Master, équipe projet

Structurer et planifier en mode agile

- Définir un projet agile : objectifs, parties prenantes, indicateurs de valeur
- Créer et alimenter un backlog produit (liste priorisée des besoins)
- Rédiger une user story claire et actionnable
- Techniques de priorisation : MoSCoW, ICE, valeur/effort
- Planification par sprint ou jalons évolutifs

Outils de pilotage et rituels agiles

- Le management visuel avec Trello ou Notion: tableaux, colonnes, vues
- Suivi de l'avancement et adaptation continue
- Rituels agiles : stand-up, sprint planning, review, rétrospective
- Visualiser les blocages et les flux avec le Kanban
- Gérer les imprévus, intégrer le feedback

Appropriation & transposition

- Cas pratiques fil rouge en sous-groupes : cadrer, prioriser, itérer
- Exercices guidés sur vos projets réels (ou fictifs adaptés à votre contexte)
- Cartographie des outils collaboratifs et ressources complémentaires
- Élaboration d'un mini-plan d'action pour appliquer l'agilité dans sa structure

Mise en pratique !

Tout au long des 3 jours, les participants expérimentent chaque étape sur un projet fil rouge, en utilisant des outils concrets (Trello, Notion...). Ils rédigent des user stories, priorisent en équipe, animent des stand-ups et conçoivent un backlog réel.
La formation s'achève sur un atelier de transposition où chacun formalise un plan d'actions adapté à son contexte.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Piloter un projet en mode collaboratif

Cette formation vous propose une méthode accessible et souple pour piloter vos projets en mode collaboratif. Elle s'adresse aux professionnels impliqués dans des démarches transverses ou inter-acteurs qui souhaitent clarifier les rôles, poser un cadre de travail partagé, structurer un plan d'action commun et animer les temps de suivi. Sans imposer une méthode "agile", elle met l'accent sur les leviers humains, la responsabilisation et la fluidité des échanges. Le tout en s'appuyant sur des outils concrets de coordination et de visualisation.

Public concerné

Responsables de mission, coordinateurs de projets, chefs de file inter-acteurs, professionnels de l'ESS.
Structures collectives, équipes en gouvernance partagée, consultants ou formateurs animant des projets à plusieurs.



Compétences visées

- Cadrer un projet collectif avec une vision claire et partagée
- Définir des rôles et répartir les responsabilités avec des outils adaptés
- Planifier et suivre un projet avec méthode et souplesse
- Animer les temps de pilotage avec une posture facilitante
- Utiliser des outils visuels pour suivre, ajuster et engager l'équipe
- Intégrer des principes de coopération dans sa manière de piloter

Objectifs de la formation

- Clarifier les rôles et responsabilités au sein d'un projet
- Structurer un plan d'action partagé et réaliste
- Faciliter la coordination et le suivi collectif
- Adopter une posture de pilotage coopérative et engageante

« Piloter un projet en mode collaboratif, c'est créer un cadre clair et vivant où chacun trouve sa place pour faire avancer le collectif en confiance. »

Contenu de la formation

Piloter un projet en mode collaboratif

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne



Démarrer ensemble : poser le cadre et la vision

- Atelier de kick-off (lancement) collectif : intentions, visions, représentations
- Co-construction d'un cadre commun (valeurs, rythme, règles)
- Identification des parties prenantes & rôles clés (outil RACI)
- Définir les objectifs et les livrables attendus

Structurer un plan d'action collaboratif

- Méthodologie pour découper un projet en étapes/actions
- Outils de planification partagée : rétroplanning, carte mentale, Trello, Notion ...
- Suivre l'avancement avec des supports visuels simples
- Intégrer la marge d'erreur, les aléas et les points de coordination

Animer le projet au quotidien

- Réunions de suivi, points de coordination : qui, quand, comment ?
- Posture de pilotage collaboratif : ni hiérarchique, ni absent
- Outils d'arbitrage collectif : feux tricolores, matrices, vote pondéré
- Gérer les écarts, réguler les tensions, garder le cap ensemble

Renforcer la dynamique collective

- Encourager l'engagement : valorisation, clarté, feedback
- Clôturer une étape ou un projet : bilan, valorisation, suite
- Projection des participants sur leurs propres projets
- Synthèse, feedback croisé, ancrage des apprentissages

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participant·es alternent entre apports méthodologiques, travaux en binômes, ateliers d'application et mises en situation. Chaque bloc donne lieu à une production concrète : fiche de cadrage, plan d'action, simulation de réunion. Un cas projet fil rouge permet d'ancrer les apprentissages et d'expérimenter les outils sur des situations proches de leur réalité professionnelle.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Outils numériques pour le travail collaboratif

Comment mieux coopérer à distance, centraliser l'information et fluidifier les échanges dans un projet ? Cette formation vous propose de découvrir les principes du travail collaboratif, d'explorer les bases de l'agilité, puis de vous approprier des outils numériques concrets pour co-construire, partager, suivre et communiquer efficacement. Vous testerez plusieurs outils adaptés à différents usages, puis choisirez ceux qui correspondent le mieux à vos besoins pour les mettre en œuvre de manière autonome.

Public concerné

Professionnels souhaitant renforcer leur organisation collaborative : chefs de projet, managers, chargés de mission, formateurs, indépendants, membres d'équipes hybrides ou en télétravail.



« Travailler en mode collaboratif, c'est poser les bases d'une coopération fluide et choisir les bons outils pour faire circuler les idées, les infos et l'énergie. »

Compétences visées

- Identifier les leviers d'une organisation collaborative efficace
- Choisir des outils numériques adaptés à ses usages
- Savoir paramétrer et utiliser les fonctions clés des outils présentés
- Organiser et partager l'information de manière fluide
- Gagner en efficacité et en lisibilité dans le travail en équipe

Objectifs de la formation

- Comprendre les bases du travail collaboratif et de l'agilité
- Identifier les bons outils selon ses besoins
- Expérimenter Slack, Trello, Notion, Padlet, Mural...
- Structurer un espace de travail collaboratif et efficace

Contenu de la formation

Outils numériques pour le travail collaboratif

Télécharger le programme détaillé →

Consulter le calendrier des sessions →

Découvrir la base de ressource en ligne →



Culture collaborative et introduction à l'agilité

- Définir le travail collaboratif : coopération, coordination, communication
- Identifier les conditions de réussite : rôles, outils, rythmes, règles
- Introduction à l'agilité : valeurs, rituels, visualisation, amélioration continue
- Repérer les freins et leviers dans sa propre organisation

Panorama des outils de travail collaboratif

- Tour d'horizon : outils de gestion, de communication, de visualisation, de production partagée
- Comparaison des usages, avantages, limites et modèles freemium
- Carte mentale collective des outils utilisés dans le groupe

Prise en main guidée d'outils sélectionnés

- Slack : organiser la communication interne, canaux, intégrations
- Padlet : brainstorming, tableau de bord visuel, partage de contenus
- Trello : gérer un projet ou un flux de tâches en méthode Kanban
- Notion : organiser une base de ressources partagées, construire des pages collaboratives
- Mural : animer un atelier collaboratif à distance

Appropriation et plan d'action

- Chaque participant choisit 1 ou 2 outils à approfondir selon ses besoins
- Élaboration d'un plan d'intégration progressif dans son organisation
- Ressources complémentaires partagées pour aller plus loin en autonomie

Mise en pratique !

Chaque séquence de la formation combine apports concrets et manipulation d'outils en direct. Les participants testent, comparent et paramètrent eux-mêmes plusieurs plateformes (Slack, Padlet, Trello, Notion...), à travers des cas pratiques et des mini-simulations.
Un atelier de personnalisation en fin de parcours leur permet de créer un espace de travail adapté à leur activité, puis de bâtir un plan d'action pour intégrer ces outils dans leur quotidien professionnel.

06

THÉMATIQUE :

Management & Communication

Manager avec humanité, communiquer avec clarté, renforcer la cohésion : cette catégorie vous invite à développer votre posture relationnelle, émotionnelle et managériale. Vous y découvrirez des approches concrètes et inspirantes pour mieux coopérer, accompagner et prendre la parole dans un cadre professionnel.

Les formations :

- Mieux communiquer, mieux collaborer (PNL & CNV)
- Développer son intelligence émotionnelle
- Manager avec les accords Toltèques
- Développer son potentiel relationnel grâce au DISC
- Prise de parole en public

FORMATION

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Manager avec les accords toltèques

Cette formation vous invite à revisiter votre posture managériale à travers la sagesse des 5 accords toltèques. Simples, puissants et profondément transformateurs, ces accords offrent des clés pour améliorer la communication, renforcer la confiance et favoriser la co-responsabilité au sein d'une équipe. À travers des temps de réflexion, des exercices pratiques et des mises en situation, vous apprendrez à incarner une posture de leader plus aligné, serein et inspirant, capable de faire grandir les autres tout en restant fidèle à soi-même.

Public concerné

Managers, responsables d'équipe, chefs de projet
Formateurs, coachs, facilitateurs, entrepreneurs, consultants...
Aucun pré-requis

« Manager avec les accords toltèques, c'est cultiver une communication juste, apaisée et alignée, au service de relations professionnelles durables. »

Compétences visées

- Appliquer les 5 accords toltèques dans sa pratique managériale
- Créer un climat de confiance, d'écoute et de co-responsabilité
- Favoriser l'intelligence collective et la cohésion d'équipe grâce aux accords Toltèques.
- Résoudre des problématiques relationnelles avec plus de fluidité.
- Cultiver une posture de leader inspirant

Objectifs de la formation

- Découvrir les 5 accords toltèques et leur portée managériale
- Prendre du recul sur sa communication et ses comportements en situation de tension
- Adopter une posture alignée, sereine et constructive dans la relation à l'autre
- Appliquer les accords dans des situations concrètes

Contenu de la formation

Manager avec les accords toltèques

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Introduction à la sagesse toltèque

- Origines et fondements du modèle de Don Miguel Ruiz
- Les 3 maîtrises : attention, transformation, intention
- Le système de croyances et la chevalerie relationnelle

Découverte des 5 accords toltèques

- Avoir une parole impeccable
- Ne pas faire une affaire personnelle
- Ne pas faire de supposition
- Faire de son mieux
- Être sceptique tout en apprenant à écouter

Transposer les accords dans le management

- Créer les conditions de la co-construction
- Accueillir la dimension émotionnelle dans les équipes
- Renforcer la posture de leadership par la sagesse relationnelle

Résolution de situations à l'aide des accords

- Appliquer les accords pour désamorcer des tensions managériales
- Utiliser la dynamique de groupe pour faire émerger des solutions



Mise en pratique !

Chaque accord est expérimenté à travers des échanges, exercices concrets et jeux de rôle. Les participants travaillent sur leurs propres situations professionnelles pour ancrer les apprentissages dans leur réalité de terrain. L'approche favorise l'introspection, la prise de recul et la mise en mouvement.
La dernière séquence de la journée intègre l'utilisation d'un jeu de cartes toltèques pour aborder la résolution de problématiques relationnelles en mode co-développement. Ce format original permet d'explorer les accords de manière appliquée, à travers des situations vécues et partagées entre pairs.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Développer son intelligence émotionnelle

L'intelligence émotionnelle est une compétence clé pour développer des relations saines, prendre des décisions alignées et s'adapter dans un monde complexe. Cette formation propose un parcours d'introspection et d'apprentissage progressif pour mieux comprendre ses propres émotions, les réguler, et ajuster sa posture relationnelle. Vous découvrirez les 5 piliers de l'intelligence émotionnelle, réaliserez un diagnostic personnel et explorerez des outils concrets pour progresser durablement dans votre pratique professionnelle et personnelle.

Public concerné

Managers, professionnels de l'accompagnement, formateurs
Chefs de projet, indépendants ou toute personne souhaitant mieux comprendre et gérer ses émotions dans ses relations professionnelles.

« Développer son intelligence émotionnelle, c'est apprendre à accueillir ses émotions sans les subir, ni les projeter sur les autres, pour mieux communiquer et agir avec justesse. »

Compétences visées

- Comprendre les mécanismes émotionnels à l'échelle individuelle et collective
- Apprendre à reconnaître, exprimer et ajuster ses émotions
- Construire une posture assertive, empathique et constructive
- Développer un climat de sécurité relationnelle dans les équipes

Objectifs de la formation

- Identifier ses émotions et comprendre leur impact sur les décisions et les relations
- Réguler ses réactions et développer la conscience de soi
- Renforcer son assertivité et adapter sa posture dans les interactions
- Cultiver l'intelligence émotionnelle collective et la qualité relationnelle dans les équipes

Contenu de la formation

Développer son intelligence émotionnelle

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Comprendre le rôle des émotions

- Définition, fonction et utilité des émotions dans notre quotidien
- Les 5 composantes de l'intelligence émotionnelle (selon Goleman)
- Diagnostic individuel : son « avatar émotionnel » et ses forces

Identifier et nommer ses émotions

- La roue des émotions & les Emoticartes pour enrichir son vocabulaire émotionnel
- Prendre conscience des déclencheurs et des schémas récurrents
- Introduction à la régulation émotionnelle (frustration, satisfaction, etc.)

Croyances, valeurs et mécanismes internes

- L'influence du stress et de la peur sur notre stabilité émotionnelle
- Outils d'introspection : système de croyances, grille d'auto-coaching
- Adopter une posture assertive pour s'affirmer avec respect et clarté

Cultiver la qualité relationnelle

- Posture empathique et présence à l'autre
- Émotions et communication : mieux écouter, mieux dire
- Les profils émotionnels (Ennéagramme en version courte)



Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les apports théoriques sont immédiatement mis en pratique à travers des exercices d'introspection, des temps d'échange en binôme, des mises en situation et des outils ludiques comme la roue des émotions ou les cartes associatives.
Un jeu pédagogique en fin de parcours permet aux participants de s'exercer à décrypter une situation émotionnelle complexe et de formuler une réponse adaptée. Chaque participant repart avec un plan d'action personnalisé.

FORMATION

Durée : 21h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Mieux communiquer, mieux collaborer (PNL & CMV)

Cette formation permet aux équipes et aux managers de renforcer leur cohésion, fluidifier les tensions et installer un climat de confiance durable grâce à la communication non violente, des outils de la PNL et des approches d'intelligence émotionnelle.
À travers des mises en situation, des jeux de rôles et des études de cas, les participant·es s'approprient des outils concrets pour mieux communiquer, gérer les conflits, négocier de manière constructive et adopter une posture de leadership alignée avec les enjeux relationnels de leur équipe.

Public concerné

Managers, responsables d'équipe, facilitateurs internes, professionnels de l'accompagnement
Coordinateurs ou formateurs souhaitant renforcer leur posture relationnelle et leur capacité à coopérer avec fluidité.

« Mieux communiquer, c'est créer des relations fluides et respectueuses, où chacun peut s'exprimer, coopérer et grandir avec les autres. »

Compétences visées

- Développer une communication claire, cohérente et adaptée à ses interlocuteurs
- Identifier et désamorcer les tensions relationnelles par une posture constructive
- Utiliser les outils de la PNL et de la CNV pour mieux écouter, comprendre et s'exprimer
- Adopter une posture de coopération dans les situations sensibles ou complexes
- Renforcer son intelligence émotionnelle pour mieux gérer ses émotions et celles des autres

Objectifs de la formation

- Améliorer sa communication grâce aux techniques de la PNL et de la CNV
- Mieux gérer les conflits, les tensions et les divergences de manière constructive
- Développer un leadership émotionnellement intelligent et adapté aux situations
- Acquérir des outils de négociation, de médiation et de gestion du stress relationnel

Contenu de la formation

Mieux communiquer, mieux collaborer (PNL / CMV)

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Fondamentaux de la communication et de la PNL

- Introduction à la PNL : principes et applications en management
- Bases de la communication efficace : clarté, écoute active, congruence
- Jeux de rôles pour illustrer l'impact de la PNL sur la communication

Techniques de communication avancées : le modèle VAKOG

- Modalités sensorielles (visuel, auditif, kinesthésique, olfactif, gustatif)
- Adapter son langage selon les profils
- Simulations de dialogues avec le modèle VAKOG

Gestion des conflits et techniques de négociation avec la CNV

- Identifier les sources de conflit en entreprise
- Styles de gestion de conflits : compétition, collaboration, compromis, évitement, adaptation
- Principes de la CNV : observation, sentiments, besoins, demandes
- Mises en situation de résolution de conflit avec la CNV

Négociation et médiation

- Préparation et écoute active
- Création de solutions gagnant-gagnant
- Faciliter une médiation en tant que manager
- Simulations de négociation et médiation, débrief collectif



Développement du leadership

- Qualités d'un leader efficace : vision, empathie, influence
- Styles de leadership : autocratique, démocratique, transformationnel, situationnel
- Leadership situationnel (modèle Hersey-Blanchard) & prise de décision (SWOT, matrice)
- Introduction à l'intelligence émotionnelle : conscience de soi, empathie, motivation
- Gestion du stress et des émotions : techniques concrètes, exercices guidés

Mise en pratique !

Tout au long des 3 jours, les participants s'exercent activement via des mises en situation, des jeux de rôle, des simulations de négociation, et des études de cas. Les concepts sont directement appliqués en binômes ou sous-groupes.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Développer son potentiel relationnel grâce au DISC

Le modèle DISC permet de mieux comprendre les comportements humains et de développer des relations plus efficaces. Cette formation propose une immersion dans les quatre grands profils du DISC pour apprendre à adapter sa communication, renforcer son impact en animation, faciliter les interactions et construire un climat de collaboration.
Grâce à des outils ludiques, des mises en situation et l'analyse de son propre profil DISC, chaque participant repart avec des clés concrètes pour développer son intelligence relationnelle et affirmer son style de management ou d'animation.

Public concerné

Formateurs, facilitateurs, managers, chefs de projet, coachs internes, professionnels de l'accompagnement, animateurs d'équipe ou de collectif. Aucun prérequis. La formation est accessible à toute personne souhaitant améliorer sa posture relationnelle et son impact collectif.

« S'approprier le DISC, c'est mieux se connaître, mieux comprendre les autres et adapter sa communication pour renforcer la coopération et la dynamique d'équipe. »

Compétences visées

- Identifier les profils comportementaux et adapter son style d'interaction
- Améliorer sa communication verbale, non verbale et paraverbale
- Gérer les différences relationnelles dans un groupe ou une équipe
- Créer un climat relationnel facilitant l'apprentissage et la coopération

Objectifs de la formation

- Comprendre les 4 grands types de comportements issus du modèle DISC
- Identifier son propre profil et ses préférences relationnelles
- Adapter sa communication et son animation selon les profils en présence
- Développer son style relationnel et renforcer sa posture de formateur ou de manager

Contenu de la formation

Développer son potentiel relationnel grâce au DISC

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Comprendre les profils et animer en couleur

- Introduction au modèle DISC : origines, logique et applications
- Lecture de son propre profil (résultats du questionnaire individuel)
- Exploration des profils en sous-groupes : forces, besoins, zones de stress
- Reconnaître les signaux verbaux, non-verbaux et paraverbaux
- Adapter sa communication à chaque profil
- Mises en situation : motiver, recadrer, faciliter les échanges selon les couleurs

Se développer comme animateur ou manager en couleur

- Identifier ses "super-pouvoirs" en fonction de son profil
- Atelier collaboratif : animer en couleur, créer des supports et postures adaptées
- Partage de bonnes pratiques entre pairs
- Élaboration d'un plan d'actions individuel pour intégrer le DISC dans sa pratique
- Feedback croisés et ancrage des apprentissages



Mise en pratique !

La formation alterne apports, jeux collaboratifs, quiz interactifs, mises en situation concrètes et réflexions guidées sur les profils DISC. Chaque participant réalise son propre diagnostic DISC et bénéficie de retours personnalisés.
Les temps d'échange entre profils permettent une meilleure compréhension de l'autre et une expérimentation directe des ajustements relationnels.

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Prise de parole en public

Apprendre et mettre en pratique les éléments essentiels pour couronner de succès une prise de parole en public. En adaptant notre gestion émotionnelle et notre approche technique d'un discours, nous renforçons notre confiance en soi et la qualité de l'interaction avec l'environnement.
Cette formation permet de surpasser nos peurs et de reprendre du plaisir à travers nos échanges dans un contexte professionnel ou personnel.

Public concerné

Professionnels souhaitant améliorer leur aisance à l'oral : managers, formateurs, entrepreneurs, porteurs de projet, salariés, intervenants, communicants...
Aucun prérequis. Formation accessible à toute personne désireuse de progresser en prise de parole.

« Prendre la parole en public, c'est oser incarner son message avec clarté, présence et confiance pour créer une vraie connexion avec son auditoire. »

Compétences visées

- Structurer et faire vivre un discours avec clarté et impact
- Maîtriser la communication verbale et non verbale
- Réagir de façon optimale aux différentes interactions
- Mobiliser ses ressources personnelles pour être au meilleur de soi-même
- Apprendre à mettre en valeur un contenu face à un groupe
- Renforcer ses capacités mentales et émotionnelles pour prendre la parole avec confiance

Objectifs de la formation

- Préparer et structurer une intervention à l'oral avec méthode
- Gérer son stress et mobiliser ses ressources mentales et émotionnelles
- Adopter une posture verbale et non verbale adaptée à son public
- Interagir avec agilité et répondre sereinement aux objections

Contenu de la formation

Prise de parole en public

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Découvrir les principes clés de la prise de parole

- Discours : Le fond, la forme et le contexte
- 3 clés essentielles pour se sentir plus à l'aise lors d'une prise de parole

Maîtriser son stress

- Découverte de l'Ancrage
- Apprendre et pratiquer la préparation mentale avant un évènement (PNL)
- La puissance du « focus »
- Techniques rapides : respiration, relaxation, état interne positif

Structurer un discours et préparer une session

- Identifier et balayer les points clés en amont d'un discours
- Le S.O.P.A.D.E.R.M. comme outil de préparation
- La check-list du conférencier
- Les bases du story-telling

Renforcer son impact devant un groupe

- Devenir le maître du « groove » : Développer la qualité de la communication paraverbale
- Devenir le maître de « l'espace » : Développer la qualité de sa présence physique et non-verbale
- Devenir le maître de la « flexibilité » : Accueillir les imprévus et faire face aux objections



Conclure une prise de parole

- Les enjeux d'une conclusion
- S'ouvrir aux feedbacks

Mise en pratique !

La formation alterne apports concrets, entraînements progressifs et mises en situation filmées ou en binômes. Chaque participant prépare un discours ou une présentation à tester devant le groupe et bénéficie de retours bienveillants et constructifs pour progresser en confiance.

07

THÉMATIQUE :

Stratégie de visibilité & Influence

Cette catégorie regroupe des formations conçues pour aider les professionnels à affirmer leur identité, structurer leur message, prendre la parole avec impact et développer une présence digitale alignée. Que ce soit par la voix, l'écrit ou les réseaux sociaux, chaque formation allie posture, techniques concrètes et créativité pour permettre une visibilité qui fait sens.

Les formations :

- Personal branding - Clarifier son identité professionnelle et incarner sa singularité
- Storytelling digital & prise de parole en ligne
- Construire sa stratégie de visibilité sur LinkedIn
- Créer et diffuser son podcast

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Personal branding

Cette formation propose un véritable travail d'introspection professionnelle pour faire émerger un personal branding cohérent, authentique et aligné avec ses valeurs. À travers des outils issus de la PNL, du coaching identitaire, de l'ikigaï et du design thinking, les participants clarifient leur positionnement, identifient leur singularité, structurent leurs messages clés, et construisent une présence cohérente qui les distingue, à la fois sur le fond et sur la forme. Une formation structurante, introspective et créative, pour définir qui l'on est, ce que l'on incarne, et ce que l'on transmet.

Public concerné

Indépendants, dirigeants, entrepreneurs en repositionnement, professionnels en reconversion. Porteurs de projet souhaitant structurer une présence personnelle forte et authentique.

« Travailler son personal branding, c'est faire émerger ce qui nous rend unique, pour le communiquer avec justesse, cohérence et impact. »

Compétences visées

- Réaliser un diagnostic personnel pour mieux se connaître
- Formuler une proposition de valeur claire et différenciante
- Communiquer sur soi avec justesse, alignement et cohérence
- Développer une présence professionnelle alignée avec sa singularité

Objectifs de la formation

- Identifier ses valeurs, talents, moteurs et leviers de différenciation
- Clarifier son positionnement professionnel et formuler un pitch clair
- Structurer une boussole identitaire alignée avec sa mission et sa vision
- Définir une stratégie de présence personnelle cohérente et impactante

Contenu de la formation

Personal branding

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Clarifier sa vision, sa mission, sa contribution

- Définir sa mission personnelle et professionnelle
- Identifier les publics cibles, les besoins auxquels on répond
- Co-construction d'un pitch d'alignement avec le collectif
- Définir les fondements de son positionnement

Affiner son image et son message

- Création d'une boussole identitaire (valeurs, style, ton, intention)
- Identification des mots-clés, récits fondateurs, éléments de langage
- Travail sur la cohérence entre fond, forme et posture
- Atelier storytelling personnel (bases, canevas, récit de transformation)



Se connaître pour mieux se positionner

- Clarification des valeurs, motivations, besoins essentiels
- Exploration de ses talents, réussites et zones de brillance
- Exercices d'introspection (PNL, cartes de forces, ikigaï, introspection guidée)
- Réflexion sur les rôles professionnels et les identités plurielles

Structurer une présence cohérente

- Identification des canaux et supports de communication prioritaires
- Ébauche d'un plan de visibilité aligné (LinkedIn, site, prises de parole...)
- Conseils en image professionnelle : visuels, signature, bio, ton de voix
- Projection dans ses prochains pas : engagement et plan d'action

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants alternent entre temps d'introspection individuelle, ateliers d'échange en binômes et mises en commun collectives.
Chaque outil abordé (ikigaï, boussole, storytelling, pitch...) donne lieu à des exercices guidés, des feedbacks croisés et une formalisation progressive de leur identité professionnelle.
En fin de formation, chaque participant repart avec une fiche synthèse de son personal branding (valeurs, pitch, messages, plan d'action).

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Storytelling digital & prise de parole

Comment capter l'attention, transmettre un message qui marque et incarner pleinement sa communication ? Cette formation vous permet de construire un storytelling personnel ou professionnel clair, émotionnel et structuré, tout en explorant les leviers de l'IA générative pour booster la créativité, améliorer vos formulations et diversifier vos formats (post, pitch, vidéo, discours...). Une approche hybride qui relie fond et forme, présence et pertinence, humain et technologie.

Public concerné

Dirigeants, indépendants, communicants, formateurs, coachs, professionnels en prise de parole ou en création de contenus digitaux.
Accessible à toute personne souhaitant affiner sa communication de manière authentique et impactante.

« Raconter son histoire, c'est bien plus que communiquer : c'est incarner un message, créer du lien et laisser une empreinte »

Compétences visées

- Élaborer un storytelling professionnel percutant
- Adapter son message à différents formats (écrits, oraux, digitaux)
- Développer une posture narrative authentique
- Utiliser les outils d'IA générative pour enrichir ses prises de parole
- Créer un contenu clair, structuré et engageant

Objectifs de la formation

- Construire un storytelling authentique et structuré
- Adapter son message à différents formats de communication écrite ou orale
- Enrichir ses contenus grâce aux apports de l'IA générative (ChatGPT, outils visuels)
- Gagner en impact, clarté et fluidité dans ses prises de parole et publications

Contenu de la formation

Storytelling digital & prise de parole

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Créer un storytelling aligné et marquant

- Comprendre le storytelling : définitions, usages, leviers émotionnels
- Identifier son fil rouge narratif : histoire personnelle, valeurs, promesse
- Structurer une narration : modèle en 3 actes, arc transformationnel, storytelling de marque
- Adapter le storytelling aux formats : pitch, post LinkedIn, vidéo, bio, prise de parole
- Ateliers d'écriture et de mise en voix : intention, ton, rythme

Amplifier son impact avec l'IA générative

- Introduction à l'IA générative : potentiel, limites, posture d'usage
- Formuler des prompts efficaces pour affiner, enrichir, tester des variations
- Créer avec ChatGPT : idées de posts, angles narratifs, script vidéo, intro podcast
- Améliorer ses textes : clarté, concision, fluidité, adaptation de ton
- Création de visuels narratifs avec IA (Canva, générateurs d'images ou audio si pertinent)
- Atelier : construction d'un contenu (pitch, post ou présentation) et retours croisés



Structurer une présence cohérente

- Identification des canaux et supports de communication prioritaires
- Ébauche d'un plan de visibilité aligné (LinkedIn, site, prises de parole...)
- Conseils en image professionnelle : visuels, signature, bio, ton de voix
- Projection dans ses prochains pas : engagement et plan d'action

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants alternent entre apports méthodologiques, ateliers d'écriture et exercices d'expression orale. Chacun travaille sur ses propres contenus (pitch, post, script...), teste des variantes grâce à l'IA générative (ChatGPT) et bénéficie de retours croisés pour affiner son message. Des temps de mise en voix permettent d'incarner le storytelling à l'oral, tandis que des supports visuels sont co-construits pour amplifier l'impact. Chaque participant repart avec un contenu abouti et des outils réutilisables pour faire vivre son message.

FORMATION

Durée : 7h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Construire sa stratégie de visibilité sur LinkedIn

LinkedIn est aujourd'hui un levier incontournable pour construire sa crédibilité professionnelle, affirmer son positionnement et créer des connexions utiles. Cette formation vous accompagne dans la structuration d'un profil personnel clair et impactant, dans la création ou l'optimisation de votre page entreprise, et dans la mise en place d'une stratégie de contenu réaliste et alignée avec vos objectifs. Grâce à une approche concrète, vous apprendrez à publier avec régularité, à engager une audience professionnelle et à faire de LinkedIn un outil puissant de visibilité durable.

Public concerné

Dirigeants, entrepreneurs, indépendants, formateurs, coachs
Communicants, porteurs de projet souhaitant se rendre visibles et crédibles sur LinkedIn

« Être visible sur LinkedIn, c'est bien plus que publier : c'est incarner son message, affirmer sa valeur et créer des connexions qui comptent. »

Compétences visées

- Positionner son profil LinkedIn de façon claire et différenciante
- Optimiser les deux canaux de visibilité : profil personnel et page entreprise
- Produire du contenu professionnel pertinent et engageant
- Développer un réseau qualifié autour de son activité
- Maintenir une présence régulière et authentique sur le long terme

Objectifs de la formation

- Clarifier son positionnement et affirmer son expertise.
- Optimiser son profil et/ou sa page entreprise LinkedIn.
- Construire une stratégie de contenu réaliste et engageante.
- Développer une présence active, régulière et authentique.

Contenu de la formation

Construire sa stratégie de visibilité sur LinkedIn

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Clarifier son positionnement et optimiser sa présentation

- Comprendre les opportunités stratégiques de LinkedIn pour renforcer sa crédibilité professionnelle
- Clarifier son positionnement : identifier sa cible, affirmer son message et adopter une posture différenciante
- Audit et optimisation du profil personnel : bannière, photo, titre, résumé, expériences, ajout de médias stratégiques
- Création ou amélioration d'une page entreprise : identité visuelle, storytelling, call-to-action cohérent
- Utiliser Canva pour concevoir une bannière LinkedIn professionnelle, créer des visuels impactants et harmoniser son identité graphique

Optimiser son contenu et sa dynamique réseau

- Définir ses piliers éditoriaux pour le profil personnel et la page
- Construire un calendrier éditorial simple, durable et réaliste
- Structurer ses posts : accroche, message, storytelling, visuel, CTA
- Développer une dynamique de réseau : invitations ciblées, engagement qualitatif, échanges en commentaire
- Créer des visuels personnalisés avec Canva : templates de post, carrousels, stories, infographies...



Outils & ressources

- Présentation d'outils complémentaires pour planifier ses publications et suivre son impact
- Accès à une trame éditoriale, une checklist de visibilité et un guide de bonnes pratiques

Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participants appliquent les apports directement à leur profil LinkedIn. Chaque séquence alterne entre apports méthodologiques, exercices guidés et retours personnalisés en sous-groupes.
Ils créent ou optimisent leur profil, identifient leurs messages clés, définissent leurs piliers éditoriaux, et s'initient à la création de visuels avec Canva pour harmoniser leur communication.
En fin de session, chaque participant repart avec un plan de visibilité réaliste, un modèle de calendrier éditorial et une première série de contenus prêts à publier.

FORMATION

Durée : 14h | En présentiel | En ligne | Voir tarifs p.180



Créer et diffuser son podcast

Le podcast est un outil puissant pour incarner sa posture professionnelle, transmettre son message et toucher une audience ciblée avec authenticité. Cette formation vous accompagne pas à pas, de l'idée à la mise en ligne, pour créer un podcast qui vous ressemble, techniquement maîtrisé et éditorialement aligné. Vous découvrirez les fondamentaux de la production audio, apprendrez à structurer vos épisodes, à poser votre voix, à monter vos contenus, et à planifier un lancement réaliste. Un cadre bienveillant, créatif et pragmatique pour donner vie à votre projet.

Public concerné

Entrepreneurs, coachs, indépendants, communicants, formateurs
Débutant·es ou porteurs de projets en lancement

« Créer un podcast, c'est faire entendre sa voix, affirmer son message et tisser un lien fort avec son audience, épisode après épisode. »

Compétences visées

- Construire un concept éditorial clair et aligné
- Poser sa voix et enregistrer avec du matériel adapté
- Réaliser un montage audio simple et propre
- Créer l'identité visuelle et sonore de son podcast
- Diffuser un podcast et planifier son lancement

Objectifs de la formation

- Définir un concept de podcast clair, aligné et différenciant
- Structurer, enregistrer et monter un épisode avec des outils accessibles
- Concevoir une identité sonore et visuelle cohérente
- Diffuser son podcast et planifier un lancement réaliste et impactant

Contenu de la formation

Créer et diffuser son podcast

Télécharger le programme détaillé

Consulter le calendrier des sessions

Voir la base de ressources en ligne

Trouver sa voix et son intention

- Identifier son pourquoi, son audience, ses valeurs
- Définir son ton, sa posture, sa singularité

Construire son concept éditorial

- Choisir un format (solo, interview, série...)
- Élaborer une ligne éditoriale claire
- Nom, angle, saison, fréquence, durée

Structurer un épisode captivant

- Intro, déroulé, outro – le rôle de l'accroche et des transitions
- Scripting vs improvisation guidée

Enregistrer sa voix au micro

- Voix, posture, respiration, articulation
- Prise en main du matériel : micro XLR, interface, casque
- Enregistrement d'une capsule test

Produire, diffuser et lancer son podcast

- Monter son épisode
- Créer son habillage audio et visuel
- Diffuser son podcast
- Planifier son lancement



Mise en pratique !

Tout au long de la formation, les participant·es expérimentent chaque étape de la création d'un podcast à travers des exercices concrets et progressifs. De la formulation du concept à l'enregistrement, en passant par le scripting, le montage et le design sonore, chaque séquence alterne apports méthodologiques, pratiques guidées et retours personnalisés.
Les participant·es repartent avec une première capsule audio enregistrée, un conducteur d'épisode structuré, un kit visuel et sonore, ainsi qu'un plan de lancement réaliste pour donner vie à leur podcast après la formation.

« Se former,
c'est activer
sa capacité
à **changer**, à **créer**,
& à **contribuer**
autrement. »



Notre approche pédagogique

Chez EMY Digital, nous croyons qu'apprendre doit être à la fois utile, vivant et transformateur. Toutes nos formations s'inscrivent dans une démarche de transmission active, bienveillante et orientée vers l'action. Voici les fondations communes à l'ensemble de nos parcours.



Équipement nécessaire pour suivre les classes virtuelles :

Une connexion internet fiable → **Ordinateur avec caméra et micro fonctionnels** → **Pratique des outils numériques** (Zoom, Google Drive, navigateur...)



Méthodes pédagogiques

Nos formations reposent sur des approches expérientielles, collaboratives et engageantes, adaptées aux adultes en activité ou en reconversion.

Nous privilégions :

La mise en situation concrète

Le co-développement entre pairs

La créativité et l'intelligence collective

L'apprentissage par la pratique

Chaque séquence est pensée en quatre temps :

1. Découverte des concepts et outils

2. Apports méthodologiques accessibles et illustrés

3. Mise en pratique à travers des exercices, projets ou simulations

4. Synthèse et transfert dans la réalité professionnelle

Moyens techniques & pédagogiques

En présentiel :

- Salles équipées de moyens de projection, de wifi, d'espaces d'affichages
- Salles modulables favorisant le travail en groupe
- Matériel créatif mis à disposition
- Supports pédagogiques remis à chaque participant

En distanciel :

- Plateforme de visioconférence (Zoom ou équivalent)
- Outils collaboratifs interactifs (Mural, Padlet, Google Drive, etc.)
- Accès à un espace extranet sécurisé
- Formation active en sous-groupes, binômes, temps de plénière

Rythme d'apprentissage et format

Nos formations alternent des temps courts et dynamiques (demi-journées à distance, modules e-learning, ateliers en présentiel) pour favoriser l'attention et la mémorisation.
Des pauses actives, icebreakers, energizers et outils visuels sont intégrés pour maintenir l'attention une bonne énergie de groupe, même à distance.

Les formats distanciels :



9h00–12h30 ou
14h00–17h30

Les formats présentiels :



9h00–17h00
avec pause déjeuner

Suivi administratif et évaluations



Convocation envoyée avant chaque formation avec accès aux outils/lieu



Feuilles d'émargement dématérialisées



Évaluations des acquis : quiz, études de cas, présentations orales, ateliers pratiques



Questionnaire de satisfaction en fin de parcours



Certificat de réalisation remis à chaque participant

Le passage de la certification *(pour les formations certifiantes)*

Certaines de nos formations donnent accès à une certification professionnelle enregistrée au Répertoire Spécifique de France Compétences.
Cette certification permet de valider officiellement les compétences acquises pendant la formation et de renforcer la reconnaissance professionnelle du participant.

À savoir :



Le passage de la certification est inclus dans l'offre de formation

Il se déroule à distance en dehors de la formation

Il repose sur une évaluation des compétences via une mise en situation professionnelle et un oral devant un jury

Un guide de préparation est remis à chaque participant

Les modalités exactes peuvent évoluer selon les renouvellements du référentiel France Compétences. Les dernières informations à jour sont toujours disponibles dans les fiches programmes détaillées de chaque formation.

En cas de réussite, un certificat de compétences professionnelles reconnu par l'État est délivré, sans limite de durée.

Une base de ressources exclusive pour prolonger l'apprentissage

Dès leur entrée en formation, tous les participants bénéficient d'un accès à la base de ressources exclusive Emy Digital, hébergée sur Notion. Conçue comme un espace de prolongement de l'apprentissage, cette base facilite la mise en pratique, l'autonomie et l'ancrage des savoirs dans vos projets professionnels.

Vous y trouverez une sélection de plus de 150 contenus organisés par thématique :

- Outils et canevas à télécharger
- Templates prêts à l'emploi
- Articles, vidéos, podcasts et lectures inspirantes
- Exemples concrets et cas d'usage
- Ressources complémentaires sur la facilitation, le design thinking, l'IA, l'intelligence collective...

Accès réservé exclusivement aux stagiaires EMY Digital, dans le cadre de leur parcours de formation ou de leur adhésion au Design Social Club.



Accès à notre communauté : le Design Social Club



Tous nos apprenants accèdent au Design Social Club (notre communauté d'alumni) soit via une offre gratuite (Explorateur) soit via **des offres complémentaires et enrichies** (Globe Trotter et Sherpa).

Ces accès permettent de :

- **Continuer à apprendre** via une base de ressource exclusive et des masterclass*
- **Échanger** avec d'autres professionnels engagés
- **Gagner en visibilité** via notre trombinoscope
- **Participer à des événements** inspirants et collaboratifs
- **Être accompagnés** individuellement et **atteindre des objectifs clairs et ambitieux**

**les masterclass mensuelles sont accessibles via les programmes complémentaires Globetrotter et Sherpa et l'accompagnement individuel est accessible via le programme Sherpa.*

Parcours de formation

Et si vous alliez plus loin avec notre parcours de formation ?
Chez Emy Digital nous vous proposons un parcours complet incluant deux formations certifiantes pour transformer à la fois vos projets et votre posture.

Formation 2

Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation
Vous apprenez à animer, guider et mobiliser les autres avec confiance.



Formation 1

Mener un projet de transformation ou d'innovation par la méthodologie Design Thinking
Vous vivez la méthode dans un projet réel, en expérimentant chaque étape du processus.

Ce parcours vous donne les clés pour :
>>> Impulser l'innovation dans vos équipes
>>> Structurer des démarches collectives
>>> Gagner en impact grâce à votre posture

Une formation rien que pour vous ?

Parce que chaque entreprise est unique, vos besoins pour monter en compétence le sont aussi.

Vous avez des enjeux spécifiques ? Des équipes aux profils variés ?

Chez Emy Digital, nous co-construisons des programmes sur-mesure :
adaptables en durée, en format, et en contenu,
pour répondre à vos réalités terrain.

Qu'il s'agisse d'une formation ponctuelle ou d'un parcours complet, notre équipe vous accompagne dans la création d'une expérience pédagogique impactante, humaine et engageante.

Besoin d'accompagnement ?



Contactez Emily, pour explorer vos besoins !

09 73 72 89 00
contact@emydigital.fr



Tarifs

Pour obtenir un devis personnalisé, contactez-nous à contact@emydigital.fr

Nos tarifs intra-entreprise

Toutes nos formations peuvent être réalisées en intra-entreprise au sein de votre organisation en présentiel ou à distance.
Cette modalité vous permet de former plusieurs collaborateurs simultanément tout en adaptant les contenus, les exemples et les exercices à votre contexte, vos métiers et vos objectifs.
Nos tarifs intra-entreprise sont établis sur devis et comprennent :

- l'analyse de vos besoins,
- l'adaptation des contenus pédagogiques à votre contexte,
- l'animation de la formation par un formateur expert,
- les supports pédagogiques,
- le suivi administratif de votre dossier.

Vous avez un projet de formation ou souhaitez accompagner une transformation au sein de votre structure ? Contactez-nous pour échanger sur vos besoins et obtenir une proposition personnalisée.

Nos tarifs inter-entreprises s'adaptent !

Emy Digital a fait le choix d'une politique tarifaire simple, transparente et accessible.
Les tarifs de nos formations inter-entreprises varient en fonction de leur durée (7h, 14h, 17h ou 21h) et s'appliquent à l'ensemble des participants.
Afin de favoriser l'anticipation, la fidélité et l'apprentissage en collectif, plusieurs avantages tarifaires peuvent être proposés :

Tarif Early Bird (-10 %) : pour toute inscription confirmée au moins 3 mois avant le démarrage de la formation.

Tarif Duo (-10 %) : pour 2 participants ou + d'une même structure inscrits simultanément à une même session.

Tarif Alumni (-15 %) : réservé aux personnes ayant déjà suivi une formation auprès d'Emy Digital.

Les remises ne sont pas cumulables entre elles. Les tarifs indiqués ci-dessous concernent les formations inter-entreprises hors CPF.

Grille tarifaire inter-entreprises > Formations non-certifiantes

Tarif	Formation de 7h	Formation de 14h	Formation de 17h	Formation de 21h
Public	450€ net	950€ net	1 125€ net	1 350€ net
Early Bird	405€ net	855€ net	1 012€ net	1 215€ net
Duo	405€ net	855€ net	1 012€ net	1 215€ net
Alumni	382€ net	807€ net	956€ net	1 147€ net

*TVA non applicable, article 261-4-4° a du Code général des impôts

Grille tarifaire inter-entreprises > Formations certifiantes

Tarif	Mener un projet de transformation ou d'innovation par la méthodologie du Design Thinking - 19h et 26h (RS7063)	Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation (RS7294)
Public	1 590€ net	2 950€ net
Early Bird**	1 431€ net	2 655€ net
Duo**	1 431€ net	2 655€ net
Alumni**	1 351€ net	2 507€ net

*TVA non applicable, article 261-4-4° a du Code général des impôts
**applicable uniquement pour les financements hors CPF

Vous souhaitez développer une expertise complète en Design Thinking, de la conception de projets à la facilitation d'ateliers collaboratifs ? Nos deux formations certifiantes peuvent être suivies séparément ou intégrées dans un parcours professionnalisant complet.

Une formation vous intéresse mais aucun tarif n'est indiqué ?
Certaines de nos formations sont proposées exclusivement en intra-entreprise afin de s'adapter au plus près de vos enjeux, de vos équipes et de votre environnement de travail.
Si la formation recherchée n'a pas une durée de 7h, 14h, 17h ou 21h, elle est réalisée sur devis.
N'hésitez pas à nous contacter : nous étudierons votre besoin et vous proposerons une solution personnalisée, adaptée à votre organisation.

Financer votre formation

Des formations accessibles à tous

Chez Emy Digital, nous croyons que la formation professionnelle doit être accessible à chacun, quel que soit son statut. C'est pourquoi toutes nos formations sont éligibles à différents dispositifs de financement :

CPF

Avec le Compte Personnel Formation, utilisez vos droits acquis pour financer nos formations certifiantes, reconnues par France Compétences.

OPCO

Avec les Opérateurs de compétences, en tant que salariés, votre entreprise peut solliciter son OPCO pour prendre en charge votre formation.

France Travail

De son ancien nom Pôle Emploi, les demandeurs d'emploi bénéficient de l'Aide Individuelle à la Formation (AIF) ou d'autres dispositifs pour financer leur montée en compétences.

FNE Formation

Entreprises en mutation, le Fonds National de l'Emploi peut financer la formation de vos salariés.

Nos formations éligibles CPF

>>> **Mener un projet de transformation et d'innovation par la méthodologie du Design Thinking (26h)**

>>> **Concevoir et faciliter des ateliers Design Thinking dans le cadre d'une démarche d'innovation (30h)**

>>> **UX Design - Concevoir des interfaces utiles, utilisables et désirables (58h)**

Ces formations sont certifiantes et reconnues par France Compétences, garantissant leur qualité et leur pertinence sur le marché de l'emploi.

Comment procéder ?

1 **Choisissez votre formation** sur notre site ou en nous contactant directement.

Téléchargez notre guide :

Ebook Financements des formations

2 **Demandez un devis et le programme détaillé :** nous vous les fournissons rapidement pour constituer votre dossier.

3 **Montez votre dossier de financement** en fonction de votre statut :

Salarié : via votre entreprise et son OPCO.
Demandeur d'emploi : via votre conseiller France Travail.
Indépendant : via votre FAF (FIF-PL, AGEFICE, etc.).

4 **Soumettez votre demande** au bon organisme.

5 **Inscrivez-vous à la formation** une fois le financement validé.

Besoin d'accompagnement ?



Contactez Emily, pour vous guider à chaque étape !

09 73 72 89 00
contact@emydigital.fr





Informations générales

Délais d'accès

Chaque formation inter-entreprise se déroule à partir de 4 inscrits minimum.
Des groupes étant en constitution, veuillez nous contacter pour connaitre la date de votre prochaine session. Pour les sessions inter-entreprises, les inscriptions restent ouvertes jusque 15 jours avant le début de la formation si des places restent disponibles.

Accessibilité et handicap

Emy Digital s'engage à accueillir les personnes en situation de handicap dans les meilleures conditions.
Nous adaptons nos modalités pédagogiques, nos outils et nos rythmes si nécessaire, en concertation avec le participant.

Contactez notre référente handicap (contact@emydigital.fr) pour vous aider à :
>>> Identifier les besoins en amont de la formation un éventuel risque d'écart entre les aptitudes de la personne et les exigences de la formation.
>>> Adapter les modalités pédagogiques et outils.
>>> Organiser l'accueil à distance ou en présentiel.

Règlement intérieur

Consulter notre règlement intérieur

Le règlement intérieur s'applique à tous les stagiaires participant à une action de formation organisée par Emy Digital et ce pendant toute la durée de la formation suivie.

Conditions générales de vente

Consulter nos CGV

Toute commande passée auprès d'Emy Digital implique l'adhésion entière et sans réserve du client aux Conditions Générales de Vente.



Ce catalogue est conçu comme une porte d'entrée vers des façons d'apprendre plus humaines, plus créatives, plus impactantes. Vous y trouverez des formations pour **innover, faciliter, communiquer, transformer**. Pensées pour les professionnels engagés, curieux ou en transition, elles allient méthode, posture et sens. **Explorez de nouveaux possibles, développez vos talents, et faites évoluer vos projets avec justesse.**

contact@emydigital.fr

www.emydigital.fr