Maîtriser durablement l'agilité

Format 1

Cette formation permet aux dirigeants, managers et équipes projets d'adopter une approche **agile efficace et durable**. Grâce aux **neurosciences et à des méthodes éprouvées**, les participants apprendront à piloter leurs projets avec **fluidité et à maximiser la valeur de leurs actions**.

Cible : Directeurs, membres de comité de direction, managers, membre d'équipes. Toute personne amenée à piloter et coordonner des projets dans ses fonctions.

Pré requis : Savoir lire, écrire et parler le français

Objectifs :

- Acquérir une méthode agile structurée pour accélérer la transformation de l'entreprise
- Développer un état d'esprit agile durable grâce à l'intelligence collective
- Optimiser la communication et la collaboration transversale
- Piloter des projets plus efficaces, mieux structurés et livrés à temps

Durée : 1 journée en présentiel (7h) : de 9h à 12h30 – 13h30 à 17h) + 2 webinaires (1h30 chacun) de mise en pratique. Soit un **total de 10 heures de formation**.

Effectif : Formation en groupe **restreint (6 à 8 personnes)** pour garantir un suivi personnalisé et des échanges enrichissants.

Dates et lieu de formation : La formation se déroulera en présentiel pour la 1ère journée et en distanciel pour les 2 webinaires de suivi aux dates validées avec le client lors de la signature de la convention et du devis.

Modalité et délai d'accès : La formation est accessible après acceptation du devis ou de la convention de formation et après paiement total du coût de la formation.

Accessibilité : Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référente Marylise (referent-handicap@lumerys.com), afin d'étudier ensemble les adaptations possibles (supports adaptés, transcription des contenus, accessibilité des locaux, etc.).

Tarifs : Formation intra-entreprise : nous consulter

Contact : Marylise Chrétien (06.29.43.91.25) – contact@lumerys.com

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Présentation du contenu de la formation :

Présentiel - Journée initiale (7 h)

JOUR 1

1. **MINDSET ET ÉTAT D'ESPRIT AGILE**
   1.1 Travailler sa relation au changement
   1.2 Enseignements des neurosciences sur le cerveau
   1.3 Identifier les limites et les biais dans la communication
   1.4 Instaurer une communication efficace et claire, de bonnes relations
   1.5 Transformer une contrainte en opportunité

2. **DÉFINITION D'UN PROJET**
   2.1 Le projet, lien entre une vision, des objectifs et des tâches
   2.2 Définition d'un projet
   2.3 Intégrer les 10 clés de réussite d'un projet
   2.4 Savoir cadrer un projet (enjeux, périmètre, bénéfices…)
   2.5 Maitriser le process global d'un projet

3. **GESTION DU TEMPS**
   3.1 Importance du début de journée
   3.2 Matrice de l'utilisation du temps par la valeur
   3.3 Loi des 20/80 et puissance du focus
   3.4 Efficacité des check-lists
   3.5 Respecter délais et qualité, activité quotidienne et projet

4. **FONDAMENTAUX PROJET AGILE**
   4.1 Spécificités de la méthode et présentation du manifeste
   4.2 Favoriser un principe d'amélioration continue et mise en situation
   4.3 Savoir rédiger efficacement une tâche et la suivre dans le temps
   4.4 Le réflexe du produit optimum viable
   4.5 2 principes fondamentaux d'estimation de la valeur et du temps
   4.6 Planification et suivi efficace des jalons et du temps
   4.7 Simulation d'un lancement projet

Lumerys SARL 7 rue du Cardinal Mercier 75009 Paris - SIREN : 802 162 727 R.C.S Paris N° TVA Intracom. FR 61 802162727 - Capital social : 8 000 €
contact@lumerys.com – 01.40.36.71.92 - Enregistrée sous le numéro 11755330675 - Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.
© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Méthode pédagogique :

- **Journée initiale :**
  - Approche immersive combinant théorie et expérimentation.
  - Alternance entre jeux, études de cas et mises en situation pour une appropriation progressive des concepts agiles.
  - Travail en intelligence collective pour renforcer la compréhension et l'engagement des participants.
- **Webinaires de suivi :**
  - Approfondissement des notions vues en présentiel à travers des cas concrets.
  - Mise en pratique en mode réel : relecture et analyse de fiches projets.
  - Évaluation des progrès et ajustements sur les fichiers de suivi projet.
  - Session de questions/réponses pour lever les blocages rencontrés.

Supports pédagogiques :

- Support de la formation mis à disposition
- Jeux de cartes de l'agilité
- Matériel : paperboard, écran, vidéo projecteur.

Modalités de suivi et d'évaluation :

- Evaluation continue pendant la formation : PDCA = processus d'amélioration continue (planifier, développer, contrôler, ajuster). Elle est mise en œuvre dans les exercices, études de cas ou mises en situation au cours de la formation. Elle est suivie de corrections immédiates, débriefings.
- Questionnaire d'évaluation en début et en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
- Attestation individuelle de formation

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Accompagnement pédagogique :

La formation est co-animée par Marylise Chrétien et Sébastien Robert, fondateurs de Lumerys et formateurs.

50 ans cumulés de développement business
20 ans de développement personnel chacun
10 ans de pratique des stratégies de réussite et de neurosciences

Marylise CHRETIEN possède 30 ans d'expérience en stratégie de marque, dans le digital et en innovation.

Expérience

- Co-fondatrice - Lumerys (conseil en business et stratégie)
- Directrice Numérique – groupe SPIR (secteur : petites annonces)
- Directrice Marketing Multi Canal – groupe Hersant / Paru-vendu (secteur : petites annonces)
- Directrice Conseil – Auxipresse (secteur : conseil stratégie / marketing)
- Directrice Marketing & Développement – Nomade.fr / groupe Tiscali (secteur : télécom/ internet)
- Responsable Marketing – Le Parisien / Groupe Amaury (secteur : presse)

Formation

- Ecole de commerce : ESSCA – Marketing Communication
- Formée à la PNL,
- Formée à la conduite du changement et au développement personnel
- Formée à la cohérence cardiaque
- Formée aux neurosciences
- Formée à l'appreciative inquiry
- Formée au coaching génératif
- Formée aux massages sonores et aux bains sonores
- Formée à la vente et aux approches commerciales par les neurosciences

Sébastien ROBERT a 20 ans d'expérience en business digitaux / création d'entreprise. Il possède une double compétence ingénieur et marketing digital.

Expérience

- Co-fondateur – Lumerys (conseil en business et stratégie)
- Membre du conseil de surveillance – Electro dépôt (secteur : distribution)
- Managing Director - Topannonces / Spir communication (secteur : petites annonces)
- Co-Organizer du concept de Startup Week-end en France (secteur : associatif)
- Marketing Director – Metaboli (secteur : jeux vidéo / e-commerce)
- E-CRM Project Manager – Expedia (secteur : tourisme / e-commerce)
- Business Analyst – eBay (secteurs: petites annonces / e-commerce)

Formation

- Ecole de commerce : ISC – Master Marketing / Communication
- Ecole d'ingénieur : ECE – Master en informatique / internet
- Staffordshire University : Informatique
- Formé à la conduite du changement et au développement personnel
- Formé à la cohérence cardiaque
- Formé aux neurosciences
- Formé à l'appreciative inquiry
- Formé au coaching génératif
- Formé aux massages sonores et aux bains sonores
- Formé à la vente et aux approches commerciales par les neurosciences

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Maîtriser durablement l'agilité

Format 2

Cette formation permet aux dirigeants, managers et équipes projets d'adopter une approche **agile efficace et durable**. Grâce aux **neurosciences et à des méthodes éprouvées**, les participants apprendront à piloter leurs projets avec **fluidité et à maximiser la valeur de leurs actions**.

Cible : Directeurs, membres de comité de direction, managers, membre d'équipes. Toute personne amenée à piloter et coordonner des projets dans ses fonctions.

Pré requis : Savoir lire, écrire et parler le français

Objectifs :

- Acquérir une méthode agile structurée pour accélérer la transformation de l'entreprise
- Développer un état d'esprit agile durable grâce à l'intelligence collective
- Optimiser la communication et la collaboration transversale
- Piloter des projets plus efficaces, mieux structurés et livrés à temps

Durée : 2 journées en présentiel (7h) : de 9h à 12h30 – 13h30 à 17h + 2 webinaires (1h30 chacun) de mise en pratique. Soit un **total de 17 heures de formation**.

Effectif : Formation en groupe **restreint (6 à 8 personnes)** pour garantir un suivi personnalisé et des échanges enrichissants.

Dates et lieu de formation : La formation se déroulera en présentiel pour les 2 journées et en distanciel pour les 2 webinaires de suivi aux dates validées avec le client lors de la signature de la convention et du devis.

Modalité et délai d'accès : La formation est accessible après acceptation du devis ou de la convention de formation et après paiement total du coût de la formation.

Accessibilité : Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référente Marylise (referent-handicap@lumerys.com), afin d'étudier ensemble les adaptations possibles (supports adaptés, transcription des contenus, accessibilité des locaux, etc.).

Tarifs : Formation intra-entreprise : nous consulter

Contact : Marylise Chrétien (06.29.43.91.25) – contact@lumerys.com

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Présentation du contenu de la formation :

Présentiel - Journées initiales (14 h)

JOUR 1

1. **MINDSET ET ÉTAT D'ESPRIT AGILE**
   1.1 Travailler sa relation au changement
   1.2 Enseignements des neurosciences sur le cerveau
   1.3 Identifier les limites et les biais dans la communication
   1.4 Instaurer une communication efficace et claire, de bonnes relations
   1.5 Transformer une contrainte en opportunité

2. **DÉFINITION D'UN PROJET**
   2.1 Le projet, lien entre une vision, des objectifs et des tâches
   2.2 Définition d'un projet
   2.3 Intégrer les 10 clés de réussite d'un projet
   2.4 Savoir cadrer un projet (enjeux, périmètre, bénéfices…)
   2.5 Maitriser le process global d'un projet

3. **GESTION DU TEMPS**
   3.1 Importance du début de journée
   3.2 Matrice de l'utilisation du temps par la valeur
   3.3 Loi des 20/80 et puissance du focus
   3.4 Efficacité des check-lists
   3.5 Respecter délais et qualité, activité quotidienne et projet

4. **FONDAMENTAUX PROJET AGILE**
   4.1 Spécificités de la méthode et présentation du manifeste
   4.2 Favoriser un principe d'amélioration continue et mise en situation
   4.3 Savoir rédiger efficacement une tâche et la suivre dans le temps
   4.4 Le réflexe du produit optimum viable
   4.5 2 principes fondamentaux d'estimation de la valeur et du temps
   4.6 Planification et suivi efficace des jalons et du temps
   4.7 Simulation d'un lancement projet

JOUR 2

5. **RÔLES CLÉS**
   5.1 Sponsor
   5.2 Chef de projet
   5.3 Animateur
   5.4 Bien choisir son équipe projet et quel fonctionnement
   5.5 Interagir clairement avec les partenaires et parties prenantes

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

6. **RÉUNIONS CLÉS EFFICACES**
   6.1 Maitriser les 2 réunions de lancement
   6.2 Meeting de suivi (quotidien ou hebdomadaire)
   6.3 Revue de projet mensuelle + amélioration continue
   6.4 Fonctionnement en dehors des réunions
   6.5 Réunion de rétrospective / Retex

7. **SUPPORTS ET OUTILS**
   7.1 Fiche de cadrage projet
   7.2 Outils de suivi commun et global (démo) et outils digitaux
   7.3 2 outils de score
   7.4 Charte des membres de l'équipe
   7.5 Support d'animation, restitution en revue de projets
   7.6 Outils de partage des documents

Méthode pédagogique :

- **Journées initiales :**
  - Approche immersive combinant théorie et expérimentation.
  - Alternance entre jeux, études de cas et mises en situation pour une appropriation progressive des concepts agiles.
  - Travail en intelligence collective pour renforcer la compréhension et l'engagement des participants.
- **Webinaires de suivi :**
  - Approfondissement des notions vues en présentiel à travers des cas concrets.
  - Mise en pratique en mode réel : relecture et analyse de fiches projets.
  - Évaluation des progrès et ajustements sur les fichiers de suivi projet.
  - Session de questions/réponses pour lever les blocages rencontrés.

Supports pédagogiques :

- Support de la formation mis à disposition
- Jeux de cartes de l'agilité
- Matériel : paperboard, écran, vidéo projecteur.

Modalités de suivi et d'évaluation :

- Evaluation continue pendant la formation : PDCA = processus d'amélioration continue (planifier, développer, contrôler, ajuster). Elle est mise en œuvre dans les exercices, études de cas ou mises en situation au cours de la formation. Elle est suivie de corrections immédiates, débriefings.
- Questionnaire d'évaluation en début et en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
- Attestation individuelle de formation

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.

Accompagnement pédagogique :

La formation est co-animée par Marylise Chrétien et Sébastien Robert, fondateurs de Lumerys et formateurs.

50 ans cumulés de développement business
20 ans de développement personnel chacun
10 ans de pratique des stratégies de réussite et de neurosciences

Marylise CHRETIEN possède 30 ans d'expérience en stratégie de marque, dans le digital et en innovation.

Expérience

- Co-fondatrice - Lumerys (conseil en business et stratégie)
- Directrice Numérique – groupe SPIR (secteur : petites annonces)
- Directrice Marketing Multi Canal – groupe Hersant / Paru-vendu (secteur : petites annonces)
- Directrice Conseil – Auxipresse (secteur : conseil stratégie / marketing)
- Directrice Marketing & Développement – Nomade.fr / groupe Tiscali (secteur : télécom/ internet)
- Responsable Marketing – Le Parisien / Groupe Amaury (secteur : presse)

Formation

- Ecole de commerce : ESSCA – Marketing Communication
- Formée à la PNL,
- Formée à la conduite du changement et au développement personnel
- Formée à la cohérence cardiaque
- Formée aux neurosciences
- Formée à l'appreciative inquiry
- Formée au coaching génératif
- Formée aux massages sonores et aux bains sonores
- Formée à la vente et aux approches commerciales par les neurosciences

Sébastien ROBERT a 20 ans d'expérience en business digitaux / création d'entreprise. Il possède une double compétence ingénieur et marketing digital.

Expérience

- Co-fondateur – Lumerys (conseil en business et stratégie)
- Membre du conseil de surveillance – Electro dépôt (secteur : distribution)
- Managing Director - Topannonces / Spir communication (secteur : petites annonces)
- Co-Organizer du concept de Startup Week-end en France (secteur : associatif)
- Marketing Director – Metaboli (secteur : jeux vidéo / e-commerce)
- E-CRM Project Manager – Expedia (secteur : tourisme / e-commerce)
- Business Analyst – eBay (secteurs: petites annonces / e-commerce)

Formation

- Ecole de commerce : ISC – Master Marketing / Communication
- Ecole d'ingénieur : ECE – Master en informatique / internet
- Staffordshire University : Informatique
- Formé à la conduite du changement et au développement personnel
- Formé à la cohérence cardiaque
- Formé aux neurosciences
- Formé à l'appreciative inquiry
- Formé au coaching génératif
- Formé aux massages sonores et aux bains sonores
- Formé à la vente et aux approches commerciales par les neurosciences

© Lumerys – tous droits réservés, Ne pas copier, partager, reproduire ou vendre tout ou partie de ce document sans avoir reçu de permission écrite de Lumerys. Toute infraction sera poursuivie.