

# PROGRAMME DE FORMATION

## CONCRÉTISER SES PROJETS

ALLEZ AU BOUT DE VOS PROJETS  
EN TOUTE SÉRÉNITÉ

MÉTHODE XSENS PROJET®

HYBRIDE E-LEARNING/DISTANCIEL **FORMATION ACTION !**

ORGANISME DE  
FORMATION  
CERTIFIÉ  
QUALIOP1



### Dynamisez vos projets sans dynamiter vos équipes !

Concrétisez chaque projet avec succès grâce à une méthode qui structure, motive, et respecte vos ressources, sans surcharge mentale pour vous et vos équipes

Nous vous proposons une « formation-action » : nous vous formons à notre méthode (en format e-learning) et vous travaillez concrètement sur votre projet.

Vous vivez cette aventure en équipe et nous vous accompagnons pas-à-pas via des séances de pilotage collectif tout au long du parcours.

Vous êtes ensuite autonome pour piloter vos futurs projets et vous disposez d'une méthode commune et d'un langage commun pour atteindre vos objectifs au sein de votre entreprise.

IMPACTS : gain de temps, gain d'énergie, exemplarité, énergie, progression, réussite, croissance, enthousiasme, satisfaction, fierté, bien-être

**VOS OBJECTIFS DEVIENNENT RÉALITÉ !**

LIEU	DATE	DURÉE	SÉQUENÇAGE	NOMBRE DE PARTICIPANTS
Digital / distanciel	À définir	Modules en digital : 3h30 Classes en distanciel : 4 x 1h30 = 6h Positionnement évaluations : 0h30 Travail personnel : 7h Suivi(s) individuel(s) : option	1 classe en distanciel Modules 1 et 2 en digital 1 classe en distanciel Module 3 en digital 1 classe en distanciel Modules 4 et 5 en digital 1 classe en distanciel	4 à 6 personnes par classe
PUBLIC CIBLE	PRÉREQUIS			
Pour toute personne souhaitant piloter un projet	Notions de base du tableur Excel			

### CONDITIONS D'ACCES

Nos formations sont accessibles à tous. Pour des personnes se trouvant en situation de handicap, nous abordons ensemble les ajustements à envisager par le biais d'un rdv téléphonique, en amont de la session.



XSENS HD  
ORGANISME DE FORMATION  
CERTIFIÉ QUALIOP1

1 Impasse du Haut Cormier  
44700 ORVAULT

XP\_PROGRAMME\_01/2025\_D

helene.aubineau@xsens-hd.com

06 66 61 18 65

www.xsens-hd.com



# PROGRAMME DE FORMATION

## CONCRÉTISER SES PROJETS

### ALLEZ AU BOUT DE VOS PROJETS EN TOUTE SÉRÉNITÉ



À LA SUITE DE CETTE FORMATION, VOUS SEREZ CAPABLE DE ...  
Transformer vos projets en réalité selon la méthode XSENS PROJET®  
de définir clairement vos objectifs, de donner du sens à votre projet  
et de le piloter en toute autonomie et avec enthousiasme !

#### OBJECTIFS

- Définir les objectifs du projet en utilisant la grille XSENS PROJET®
- Utiliser les méthodes du brainstorming et/ou mind mapping pour définir le projet
- Piloter un projet selon l'outil XSENS PROJET® Excel
- Appliquer des techniques pour fédérer une équipe
- Exploiter des ressources pour aller au bout de ses projets

#### MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Cette formation-action propose une pédagogie interactive, dynamique et participative.

Elle est basée sur une approche diversifiée :

- des apports théoriques et méthodologiques
- des questionnaires et évaluations
- des exercices et des cas concrets
- des interactions sous chaque vidéo pour échanger et passer sereinement les étapes
- des classes en distanciel pour le partage d'expériences, la réassurance et la progression des participants
- des suivis individuels pour une progression personnalisée

#### BÉNÉFICES

- Concrétisation des idées, progression de l'entreprise, atteinte d'objectifs, augmentation du taux de réussite
- Sérénité, gain de temps, gestion du temps, gestion des équipes, cohésion, implication, optimisation des ressources, fédérer l'humain autour du projet
- Pilotage des projets avec suivi de l'avancement, tableau de bord, engagement sur un délai de réalisation

#### VOS SUPPORTS

- Téléchargement de supports pédagogiques
- Téléchargement du plan d'actions XSENS PROJET® (Excel)
- Vidéos des modules



#### VOTRE PARCOURS EN 3 ÉTAPES



Présentation de la formation en audio, vidéo, visio ou mail  
Questionnaire  
Recueil des besoins



Formation digitale  
+ classes en distanciel  
+ suivi distanciel individuel (optionnel)

Méthodes et moyens pédagogiques  
À chaud :

Évaluation de satisfaction  
Évaluation des acquis



À froid :  
Évaluation de satisfaction  
Évaluation des acquis

# PROGRAMME DE FORMATION

## CONCRÉTISER SES PROJETS

### ALLEZ AU BOUT DE VOS PROJETS EN TOUTE SÉRÉNITÉ

#### Séance de pilotage collectif n°1 : Lancement

##### MOD 1 - LES PRÉREQUIS DU PROJET

- a) Le sens du projet
- b) L'objectif du projet
- c) La date de mise en oeuvre
- d) Les contraintes et difficultés du projet
- e) Les impacts et bénéfices attendus
- f) Les risques associés

*MISE EN SITUATION : EXERCICE - SENS DU PROJET -  
OBJECTIF - DATE - DIFFICULTÉS - BÉNÉFICES -  
DIFFÉRENCIATION - RISQUES*

##### MOD 2 - DÉFINIR CLAIREMENT SON OBJECTIF

- a) Formulation positive
- b) Contextualiser
- c) Vérifiable et observable
- d) Atteignable
- e) Réaliste et réalisable
- f) Écologique
- g) Motivant

*MISE EN SITUATION : EXERCICE - CONSTRUCTION DES  
OBJECTIFS - BRAINSTORMING*

#### Séance de pilotage collectif n°2 : Point d'étape

##### MOD 3 - MÉTHODE DE GESTION DE PROJET

- a) Définition du projet
- b) Priorisation des actions
- c) Délégation du projet
- d) Pilotage du projet
- e) Appropriation de l'outil

*MISE EN SITUATION : EXERCICE - MIND MAPPING -  
BRAINSTORMING - EXPÉRIMENTATION DU MODULE  
INFORMATIQUE*

#### Séance de pilotage collectif n°3 : Point d'étape

##### MOD 4 - LES CLÉS POUR MANAGER UN PROJET

- a) La constitution d'une équipe
- b) Les réunions projet
- c) Les règles de fonctionnement
- d) La priorisation
- e) Comment explorer un sujet que l'on ne connaît pas
- f) Comment ne rien oublier
- g) La synthèse d'un projet

*MISE EN SITUATION : EXERCICE - TABLEAU DE  
COMPÉTENCES - CHARTE DE FONCTIONNEMENT*

##### MOD 5 - LES RESSOURCES AUTOUR DU PROJET

- a) Créer « sa carte aux trésors »
- b) Échanger - s'engager
- c) Choisir son focus
- d) Visualiser sa réussite
- e) Développer sa curiosité
- f) Prendre soin de soi
- g) Éviter les influences négatives
- h) Fuir la perfection
- i) « programmer » son cerveau
- j) Arrêter la procrastination
- k) Fêter les victoires
- l) Être dans la gratitude

*MISE EN SITUATION : EXERCICE - CRÉATION CARTE AUX  
TRÉSORS*

#### Séance de pilotage collectif n°4 : Arrivée à destination

# PROGRAMME DE FORMATION

## CONCRÉTISER SES PROJETS



### ALLEZ AU BOUT DE VOS PROJETS EN TOUTE SÉRÉNITÉ

#### PROFIL DE L'INTERVENANTE

Hélène AUBINEAU, «Miss Pom'», cofondatrice de XSENS HD, passionnée par le fait de créer et de construire : "vous accompagner pour que chaque projet soit une réussite, avec une méthode qui associe du rond et du carré"

Consultante

20 ans d'expérience en pilotage de projets en entreprises

DESS Stratégie et Ingénierie en Formation d'Adultes

Ecole de commerce



**LA FOLIE EST DE SE COMPORTEUR DE LA MÊME MANIÈRE  
ET DE S'ATTENDRE À UN RÉSULTAT DIFFÉRENT ...**



#### FINANCEMENT ET PRISE EN CHARGE

Nous sommes certifiés depuis le 18/12/2020 selon le Référentiel National sur la Qualité des actions concourants au développement des compétences mentionné à l'article L.6316-3 du code du travail.

**Nos actions de formation sont ainsi éligibles aux financements OPCO.**

Si besoin, nous vous accompagnons pour toutes vos démarches de financement auprès de votre OPCO ou de votre service des ressources humaines.

#### MODALITÉS ET TARIFS HT

890 € / participant

4 classes en distanciel incluses

Suivis individuels en distanciel (option) : 150 € / pers / heure

#### CONTACT

Votre interlocutrice : **Hélène AUBINEAU 06 66 61 18 65**

Mail : [contact@xsens-hd.com](mailto:contact@xsens-hd.com)



Organisme de formation - Déclaration d'activité enregistrée  
N° 52440840544 auprès du préfet de région de PAYS-DE-LA-LOIRE