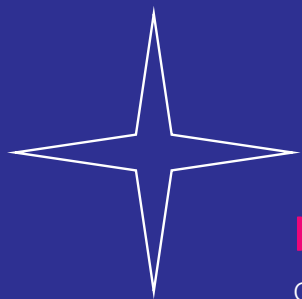




LAFABRIQUEHUMAINE

*Pour des managers agiles et heureux*



## NOTRE RAISON D'ÊTRE

Cabinet de conseil en management et transformation cofondé par Gérald Falqu rho et Mathieu Maz rat.

La raison d'être de LFH est d'accompagner les transformations agiles des entreprises et des administrations par le sens et l'intelligence collective, pour une performance globale et durable.

## NOTRE VISION

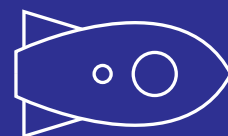
Nous vivons actuellement une période de transition majeure entre la société de consommation et la société de l'information.

- La complexité, l'incertitude et la finitude des ressources qui caractérisent l'environnement des entreprises et des administrations publiques les obligent à un mouvement permanent.
- La performance de ces organisations devient globale et doit être durable : sens, performance économique et sociale, responsabilisation et satisfaction des parties prenantes, progrès permanent du système.
- Dans un monde ouvert et en transformation, les nouveaux leviers de performance passent avant tout par un changement de culture managériale : considérer que l'Homme est la principale source de création de valeur.

**“Viser l'équilibre entre performance globale et bonheur au travail, c'est rendre les organisations agiles !”**

CHANGER

# RÉUSSITE



## NOS PRINCIPES D'ACTION

AGILITÉ

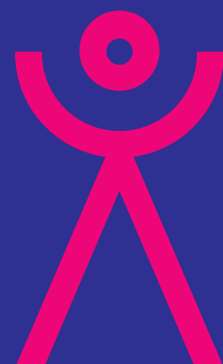
Pas de méthode universelle mais des principes forts !

Comprendre, évaluer, innover, exp rimer, partager, accepter le droit à l'erreur ou encore promouvoir la différence pour développer la performance de chacun au service d'un objectif commun.

Nous privilégions la compréhension de votre environnement d'action et de vos besoins pour personnaliser et co-construire des interventions courtes, pragmatiques et ludiques, disruptives mais toujours orientées résultats.

Nous nous appuyons sur notre communauté de partenaires (leaders, chercheurs, penseurs ou artistes) pour favoriser les retours d'expériences, les prises de consciences et ouvrir le champ des possibles de vos transformations.

Enfin, nous pr tons une attention particulière au suivi de nos actions afin de favoriser l'ancrage des changements mis en œuvre et rendre durable la performance.

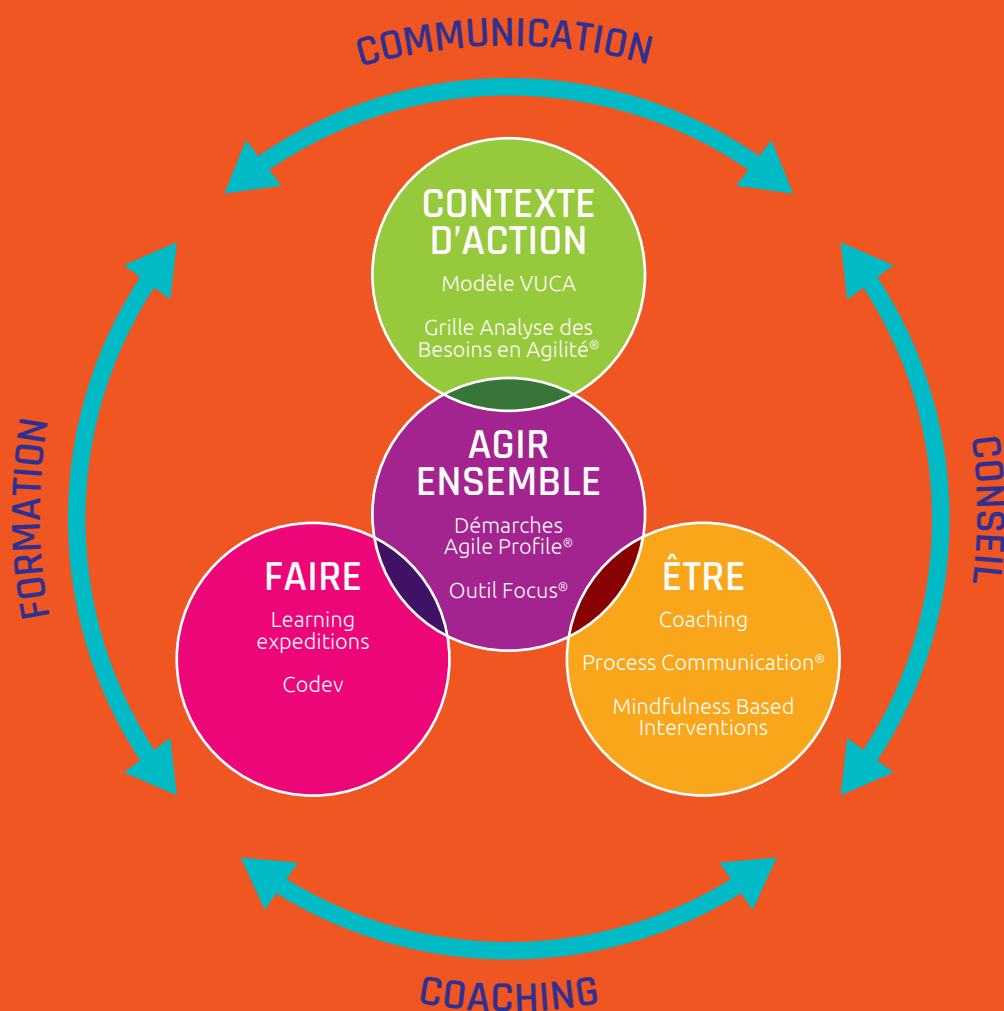


## NOTRE APPROCHE

Notre cadre d'action repose sur le modèle de l'agilité organisationnelle et comportementale développé par Agil'OA, d'après les travaux de l'Institut d'Agilité des Organisations de Grenoble EM, et centré sur les démarches Agile Profile®.

- Cette approche est innovante car elle prend en compte une dimension jusqu'alors non mesurée : la capacité à agir ensemble en environnement turbulent. Elle se focalise sur les 3 postures agiles contribuant à la performance globale : l'anticipation, la coopération et l'innovation.
- Les démarches Agile Profile® permettent de prendre conscience de la complémentarité entre le contexte, le savoir-faire, le savoir-être et le savoir-agir ensemble.

## NOS OUTILS SYSTÉMIQUES D'ÉVALUATION ET DE DÉVELOPPEMENT

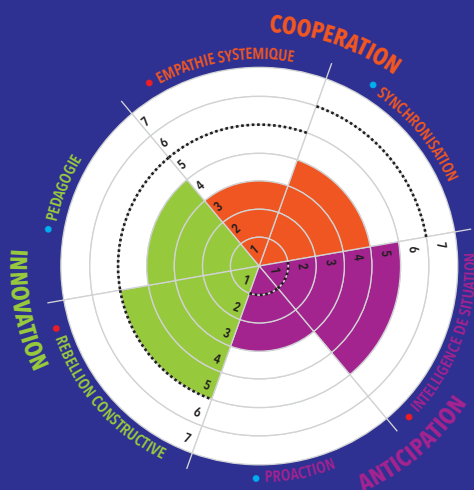


## NOS OUTILS D'AGILITÉ

Nous nous appuyons sur des outils développés, étalonnés et testés par nos partenaires Agil'OA et OptimHommes.

### L'Agile Profile® Development

Permet de mesurer les modes de fonctionnement individuels et d'équipe sous pression dans un environnement d'action donné.



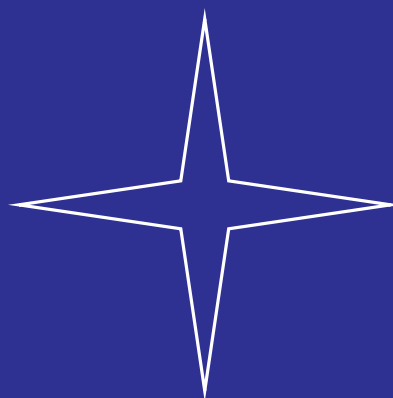
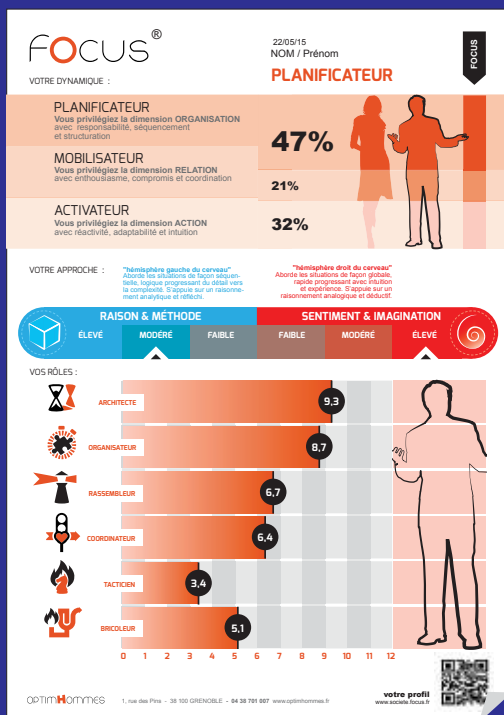
Zones d'activation mesurées pour le participant

Posture	Levier d'action	Zone d'activation
COOPERATION	<b>EMPATHIE SYSTEMIQUE</b> S'entraider et se satisfaire Ecouter, s'écouter, s'aider et s'entraider	5
	<b>SYNCHRONISATION</b> Se coordonner et fluidifier l'action Ajuster, modifier, réguler et fluidifier	3
ANTICIPATION	<b>INTELLIGENCE DE SITUATION</b> S'ajuster avec pertinence Etre curieux, mémoriser, faire confiance et se faire confiance	7
	<b>PROACTION</b> Analyser, organiser et formaliser Prendre du recul, analyser et formaliser	3
INNOVATION	<b>REBELLION CONSTRUCTIVE</b> Sortir du cadre et écouter les idées Bouger, entendre, s'ouvrir et accepter	4
	<b>PEDAGOGIE</b> Donner du sens et des informations Expliquer, fédérer, informer et ordonner	7

Légende des zones d'activation mesurées

Zone	1	2	3	4	5	6	7
Activation	absence	difficulté	irrégulier	adaptable	intense	permanence	besoin

Tableau « légende » APD.



### Focus®

Permet de révéler les rôles privilégiés sous pression et repose sur les trois principales dimensions mobilisées par les individus pour coopérer : la pensée, l'émotion et l'action.

*Nb : Résultats issus du retraitement des réponses au questionnaire en ligne Agile Profile® Development*

# L'OFFRE LFH

Découvrez et expérimentez une approche managériale innovante vous permettant de concilier sens, performance et bien-être au travail dans un environnement en mouvement permanent.

*L'ensemble de nos prestations sont personnalisables et réalisables sur le lieu de votre choix. Elles se déclinent en format intra ou inter.*

## S'INFORMER ET COMMUNIQUER

- 1 - Workshop Management agile ..... Page 6
- 2 - Séminaire Management agile ..... Page 7

## IMAGINER ET SCÉNARISER

- 3 - Séminaire agilité stratégique ..... Page 8

## ANALYSER ET TRANSFORMER

- 4 - Diagnostic agilité organisationnelle ..... Page 9





## APPRENDRE ET EXPERIMENTER

- 5 - Agilité managériale - Principes ..... Page 10
- 6 - Agilité managériale - Pratiques ..... Page 11

## SE DÉVELOPPER ET PARTAGER

- 7 - Coaching individuel ..... Page 12
- 8 - Coaching d'équipe ..... Page 13
- 9 - Ateliers de co-développement professionnel ..... Page 14
- 10 - Ateliers de pleine conscience ..... Page 15

### **PUBLIC CIBLE :**

-  Dirigeant
-  Manager de managers
-  Manager de proximité
-  Communauté managériale



# WORKSHOP MANAGEMENT AGILE

Découvrez une approche managériale alternative et innovante ;  
questionnez votre modèle de performance et d'organisation



# 1



## PÉDAGOGIE

- Séquences collaboratives
- Retours d'expériences et échanges de bonnes pratiques

40 %  
THÉORIE

60 %  
PRATIQUE

DURÉE : 1/2 JOURNÉE



## PUBLIC

- Dirigeant
- Manager de BU / de Service
- Manager d'équipe / de projet
- Entrepreneur

PARTICIPANTS : À partir de 8

## OBJECTIFS

- Présenter l'approche du management agile
- Echanger sur les opportunités de cette approche pour répondre au contexte et aux enjeux de sens et de performance globale de votre organisation

## PROGRAMME

- **Présentation du modèle et des principes du management agile**
  - Vidéo sur l'agilité, partage des visions des participants
  - Apports théoriques (concept, valeurs, principes d'agilité)
- **L'agilité stratégique et organisationnelle**
  - Retours d'expériences d'entreprises et d'administrations publiques
  - Echanges sur les bonnes pratiques des participants
  - Apports méthodologiques (démarches Agile Profile®)
- **L'agilité comportementale**
  - Auto-perception de votre profil agile : anticipation, coopération, innovation
  - Les postures et les leviers d'action du manager agile
  - Apports méthodologiques (démarches Agile Profile®)
- **Débriefing collectif sur l'agilité et les apports de l'intelligence collective**

### Jean Marc

DRH - Environnement & Mobilité

"Une intervention très appréciée par l'équipe. Une démarche innovante prenant en compte notre contexte et notre projet stratégique. Un concept d'agilité novateur associé à des outils opérationnels"



CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE®

Pratiques innovantes d'entreprises  
et d'administrations publiques

Workshop déclinable en classe virtuelle

RÉFÉRENCE : LFH\_WMA

# SÉMINAIRE MANAGEMENT AGILE

Acculturez-vous à une approche managériale alternative et innovante ; développez dans votre organisation et vos projets des compétences comportementales favorisant l'adaptation au mouvement



# 2



## PÉDAGOGIE

- Ateliers collaboratifs
- Partage de bonnes pratiques
- Agile Profile® Sense

40 %  
THÉORIE

60 %  
PRATIQUE

DURÉE : 1 JOUR



## PUBLIC

- Dirigeant
- Manager de BU / de Service
- Manager d'équipe / de projet
- Entrepreneur

PARTICIPANTS : à partir de 40

## OBJECTIFS

- Découvrir et s'approprier l'approche du management agile
- Débattre sur les opportunités de cette approche pour répondre au contexte et aux enjeux de performance globale de l'organisation
- Mettre en pratique des premières démarches d'agilité sur des projets et des problématiques opérationnelles

\*EN AMONT  
DU SÉMINAIRE, SONDAGE  
AUPRÈS DES PARTICIPANTS  
POUR CONTEXTUALISER  
L'INTERVENTION

LES  
LFH

CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE®

Conférence interactive (live tweet)

Facilitation visuelle

Pratiques innovantes d'entreprises  
et d'administrations publiques

## PROGRAMME

- Ouverture et objectifs du séminaire par le sponsor  
- Présentation des résultats du sondage\*, vision partagée des participants
- Conférence "l'agilité une réponse au monde VUCA"  
- Jérôme Barrand, Grenoble Ecole de Management, Agil'OA
- Les enjeux de l'organisation nécessitant de l'agilité managériale  
- Atelier Analyse des Besoins en Agilité (grille ABA®)
- Retours d'expériences d'entreprises et d'administrations publiques
- Les comportements et les pratiques managériales agiles  
- Atelier auto-perception du profil agile d'équipe (Agile Profile® Sense) et découverte du profil agile mesuré (Agile Profile® Development)
- Les actions de développement agile  
- Atelier feuille de route et engagements (world café)
- Conclusion du séminaire et mise en perspective par le sponsor

### Marie

Responsable unité d'interventions - Télécom

"Ce séminaire offre l'opportunité à la communauté des managers de toutes les entités du territoire de se rencontrer et de partager. Son caractère très concret le rend directement transformable en actions"

RÉFÉRENCE : LFH\_SMA

# SÉMINAIRE AGILITÉ STRATÉGIQUE

Formulez autrement la vision stratégique ; pilotez efficacement la transformation de votre organisation ; impulsez la culture du mouvement ; renforcez votre leadership

# 3



## PÉDAGOGIE

- Laboratoire du Futur
- Ateliers collaboratifs
- Learning expéditions
- Process Communication Model®

20 %  
THÉORIE

80 %  
PRATIQUE

DURÉE : 2 + 1/2 JOURS



## PUBLIC

- Dirigeant
- Manager de BU / Service

PARTICIPANTS : +/- 20

## OBJECTIFS

- Expérimenter l'agilité stratégique
- Caractériser les transformations de votre environnement et les conséquences sur votre stratégie, votre organisation, votre management
- Définir une vision stratégique innovante en mode collaboratif
- Diffuser une culture du mouvement dans votre organisation

## PROGRAMME

- **Analyse de l'environnement de l'organisation et identification des facteurs majeurs d'évolution**  
- Laboratoire du Futur : Modèle VUCA
- **Réflexion collective sur les futurs possibles de l'organisation et scénarisation**  
- Laboratoire du Futur : Méthode des scénarios
- **Exploration du passé de l'organisation et identification de ses forces pour une transformation positive**  
- Laboratoire du Futur : Démarche appréciative
- **Définition des objectifs et du terrain d'expérimentation à partir du scénario retenu**  
- Laboratoire du Futur : Feuille de route
- **Elaboration du sens et de la narration de la transformation agile**  
- Laboratoire du Futur : Méthode du storytelling
- **Retour sur l'expérimentation mise en œuvre à 3 mois**  
- Plan stratégique, démarche appréciative, actions d'amélioration

### Pierre

Directeur Général - Industrie pharmaceutique

"Une formidable expérience de coopération et d'apprentissage mutuel qui nous a permis de partager nos perceptions sur le passé, le présent et le futur de notre entreprise. Par le dialogue, nous avons trouvé notre terrain d'entente pour construire un sens et une dynamique d'action commune"



CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE®

Coach certifié Process Communication Model®

1/2 journée de suivi du plan stratégique\*

\*3 mois après la formation

RÉFÉRENCE : LFH\_SAS



# DIAGNOSTIC AGILITE ORGANISATIONNELLE

Déployez la transformation de votre organisation sur le terrain ;  
favorisez la culture du mouvement ; agissez avec vos parties prenantes ;  
développez votre leadership



# 4



## PÉDAGOGIE

- Diagnostic d'agilité
- Ateliers collaboratifs
- Partage de bonnes pratiques
  - Agile Profile® Development

20 %  
THÉORIE

80 %  
PRATIQUE

DURÉE : 1,5 + 1/2 JOURS



## PUBLIC

- Manager de BU
- Manager de Département / de Service
- Directeur de projet

PARTICIPANTS : +/- 8

## OBJECTIFS

- Expérimenter l'agilité organisationnelle
- Analyser les transformations de votre environnement et les conséquences sur votre organisation et votre mode de management
- Développer l'intelligence collective de votre organisation pour améliorer la coopération et la performance de vos équipes

## PROGRAMME

### En amont du séminaire

- Transmission à chaque participant du diagnostic d'agilité pour une auto-évaluation des pratiques
  - Outil Repérage des Perceptions des Pratiques Agiles (R.P.P.A.)®
- Entretiens individuels pour accompagner le diagnostic d'agilité

### Durant le séminaire

- Diagnostic partagé des pratiques organisationnelles et managériales
- Conversation autour d'approches innovantes en management et leadership
  - Servant Leadership, Leadership éthique, Management virtuel
- Identification des pratiques agiles à développer au regard du contexte et des enjeux de l'organisation
- Choix du terrain d'expérimentation

### Suivi des actions

- Retour sur l'expérimentation mise en œuvre à 2 mois
  - Plan de progrès, démarche appréciative, actions d'amélioration

### Nadia

Ingénieur R&D - Energie

"La mise en commun de nos diagnostics nous a permis de questionner notre organisation. J'ai pris conscience de la nécessité de développer la transversalité entre nos services. Les premières expérimentations démontrent une meilleure efficacité des équipes et une plus grande satisfaction"



CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE®

1/2 journée de suivi du plan de progrès\*

RÉFÉRENCE : LFH\_DAO

\*2 mois après la formation

# AGILITÉ MANAGÉRIALE

## PRINCIPES

Mesurez l'impact de votre environnement sur votre activité ;  
apprenez à mieux vous connaître pour mieux manager  
vos collaborateurs



# 5



## PÉDAGOGIE

- Agile Profile® Sense
- Jeu d'agilité
- Ateliers collaboratifs
- Echanges de bonnes pratiques

30 %  
THÉORIE

70 %  
PRATIQUE



## PUBLIC

- Manager
- Manager support
- animateur de réseau
- Entrepreneur

DURÉE : 1 JOUR

PARTICIPANTS : +/- 8

## OBJECTIFS

- Comprendre les principes du management agile
- Partager les transformations de votre environnement et les conséquences sur votre mode de management
- Développer votre capacité à agir avec agilité pour améliorer votre performance opérationnelle en préservant votre sérénité

## PROGRAMME

- **Présentation du modèle et des principes du management agile**  
- Vidéo sur l'agilité, atelier Partage des visions
- **Identification de vos besoins en agilité en lien avec votre environnement**  
- Atelier Analyse des Besoins en Agilité (grille ABA®)
- **Définition de votre profil agile en termes d'anticipation, de coopération et d'innovation**  
- Atelier perception de votre agilité, outil Agile Profile® Sense
- **Prise de conscience de vos modes de fonctionnement en situation de pression**  
- Jeu d'agilité managériale
- **Débriefing collectif autour de l'agilité et de l'intelligence collective**  
- Carnet de bord manager

### Franck

Acheteur - Industrie automobile

"Une formidable prise de conscience sur la nécessité d'innover dans nos modes de management et d'avoir des comportements agiles"



CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE®

Carnet de bord manager

Entretien de suivi (tel. ou skype)\*

\*1 mois après la formation

RÉFÉRENCE : LFH\_AMP1

# AGILITÉ MANAGÉRIALE PRATIQUES

Mesurez l'impact de votre environnement sur votre équipe ;  
influencez positivement vos parties prenantes ; managez  
autrement vos collaborateurs et développez leur membership



# 6



## PÉDAGOGIE

- Jeu d'agilité
- Ateliers collaboratifs
- Echanges de bonnes pratiques
- Questionnaires Focus® et Talent Q®

30 %  
THÉORIE

70 %  
PRATIQUE



## PUBLIC

- Manager / Chef de projet
- Equipe

DURÉE : 2 JOURS

PARTICIPANTS : +/- 8

## OBJECTIFS

- Comprendre les principes du management agile
- Analyser les transformations de votre environnement et les conséquences sur votre mode de management et sur votre équipe
- Développer vos postures et vos leviers d'action agile pour améliorer votre performance opérationnelle en sérénité

## PROGRAMME

- **Présentation du modèle et des principes du management agile**  
- Vidéo sur l'agilité, atelier Partage des visions
- **Identification des besoins en agilité de l'équipe en lien avec son environnement**  
- Atelier Analyse des Besoins en Agilité (grille ABA®)
- **Définition du profil agile de l'équipe en termes d'anticipation, de coopération et d'innovation**  
- Atelier perception de l'agilité collective, outil Agile Profile® Sense
- **Prise de conscience des modes de fonctionnement de l'équipe en situation de pression**  
- Jeu d'agilité managériale
- **Analyse des résultats du profil agile d'équipe mesuré**  
- Atelier rôles en équipes, questionnaire Focus®
- **Co-construction d'un plan de développement agile**  
- Atelier d'innovation participative (world café, démarche appréciative)
- **Débriefing collectif autour de l'agilité et de l'intelligence collective**  
- Carnet de bord manager

### Nicolas

Commandant - Incendie & Secours

"Très bonne mise en situation avec le jeu agile qui a un effet miroir sur nos comportements et nos prises de décisions en situation de pression. Cela nous permet de prendre du recul et voir où nous nous situons dans nos pratiques"



CONSULTANT FORMATEUR  
CERTIFIÉ DÉMARCHES  
AGILE PROFILE® & TALENT Q®

Carnet de bord manager

Entretien de suivi (teL ou skype)\*

\*1 mois après la formation

RÉFÉRENCE : LFH\_AMP2

# COACHING INDIVIDUEL

Mobilisez harmonieusement vos ressources ;  
réussissez votre prise de poste ; développez votre leadership ;  
améliorez la communication avec votre équipe

# 7



## PÉDAGOGIE

- Entretiens en face à face, et/ou à distance
- Personnalisation des approches et des outils : AT, PNL, Systémique

20 %  
THÉORIE

80 %  
PRATIQUE

DURÉE : 6 à 8 SÉANCES



## PUBLIC

- Dirigeant
- Manager
- Entrepreneur

PARTICIPANT : 1

## OBJECTIFS

- S'orienter vers le futur à partir du présent
- Permettre au coaché d'atteindre ses objectifs à partir d'un projet, d'une préoccupation ou d'une problématique
- Favoriser la prise de conscience de ses modes de fonctionnement et développer son potentiel
- Rechercher des solutions pragmatiques et les mettre en œuvre

## PROGRAMME

- **Entretien de cadrage de la demande avec le commanditaire**
- **Entretien tri-partite avec le commanditaire et le bénéficiaire :**
  - Validation de l'engagement du bénéficiaire
  - Définition des objectifs de l'accompagnement et des résultats attendus
  - Partage des règles de fonctionnement et définition du calendrier
- **Co-validation du partenariat entre le coach et le bénéficiaire pour réussir le changement souhaité**
  - Contractualisation de l'accompagnement
- **Déroulement du cycle de coaching**
- **Entretien tri-partite de clôture du cycle avec le commanditaire et le bénéficiaire**

### Marie-Laure

Economiste - Développement urbain

"J'ai été émerveillée par le côté opérationnel de cet accompagnement. J'ai gagné en assurance et pris conscience de mes potentiels. Enfin, j'ai développé ma capacité à m'engager : dans mon travail et dans d'autres démarches plus personnelles"



COACH  
PROFESSIONNEL  
CERTIFIÉ

Passation de l'Agile Profile® Development

RÉFÉRENCE : LFH\_CI

# COACHING D'ÉQUIPE



Faites évoluer les modes de fonctionnement de votre équipe ;  
développez la performance individuelle et collective, l'engagement ou la cohésion ;  
dépassez les résistances relationnelles et les conflits par l'intelligence collective

# 8



## PÉDAGOGIE

- Séances collectives
- Personnalisation des approches et des outils : AT, PNL, Systémique

30 %  
THÉORIE

70 %  
PRATIQUE

DURÉE : Selon l'objectif



## PUBLIC

- Comité de direction
- Equipe opérationnelle
- Equipe projet

PARTICIPANTS : A partir de 3

## OBJECTIFS

- Favoriser la prise de conscience des modes de fonctionnement de l'équipe et de ses membres
- Améliorer le savoir "agir ensemble" et la co-responsabilité des membres de l'équipe
- Accroître la capacité de résolution de problèmes par l'intelligence collective
- Renforcer la cohésion d'équipe et la solidarité de ses membres
- Expérimenter par la mise en action des décisions prises
- Développer la performance de l'équipe par l'ancrage des bonnes pratiques

## PROGRAMME

- **Entretien de cadrage de la demande avec le responsable de l'équipe :**
  - Définition des objectifs de l'accompagnement et des résultats attendus
  - identification des indicateurs de réussite
  - Partage des règles de fonctionnement et définition du calendrier
- **Co-validation du partenariat entre le coach et le responsable d'équipe pour réussir le changement souhaité**
  - Contractualisation de l'accompagnement
- **Déroulement du cycle de coaching**
- **Entretien de clôture du cycle avec le responsable d'équipe et mise en perspective**

### Benoit

Directeur Marketing - Banque Finance

"Ce cycle de coaching nous a permis de comprendre pourquoi notre équipe manquait de cohésion. Le coach a su créer un espace d'expression libre mais toujours bienveillant. Cela nous a ressoudé et a augmenté notre capacité d'entraide pour atteindre nos objectifs individuels et collectifs"

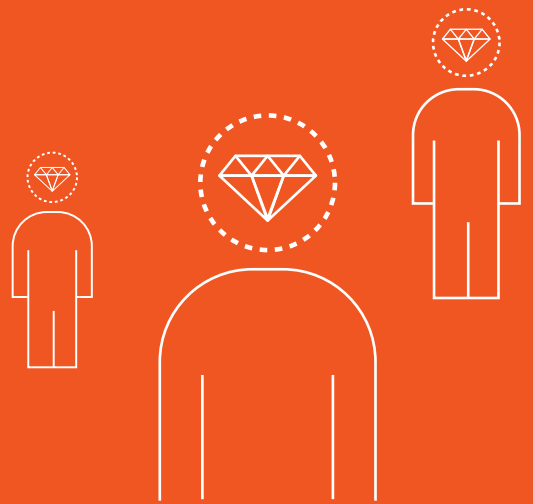


Passation de l'Agile Profile® Development

RÉFÉRENCE : LFH\_CE

# CO-DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

Partagez collectivement des problématiques professionnelles pour en faire une source d'apprentissage et de développement personnel



# 9



## PÉDAGOGIE

- Ateliers-formations basés sur l'intelligence collective
- Echanges de pratiques professionnelles

0 %  
THÉORIE

100 %  
PRATIQUE



## PUBLIC

- Groupe de pairs
- Groupe métiers
- Groupe d'intérêts

DURÉE : 6 à 9 mois

PARTICIPANTS : 5 à 8

## OBJECTIFS

- Se développer professionnellement par un exercice structuré portant sur des problématiques vécues actuellement
- Faciliter la réflexion par un co-apprentissage basé sur les interactions entre participants
- Multiplier les perspectives pour penser et agir sa réalité différemment
- Apprendre à apprendre autrement

## PROGRAMME

Pour chaque atelier mensuel d'une durée de 3h :

- Exposé d'une problématique, d'un projet ou d'une préoccupation (les 3 P)
- Clarification de la demande par le groupe de "consultants" au "client"
- Contrat de la session
- Consultation - Exploration
- Synthèse des apprentissages et plan d'action par le "client"
- Apprentissage pour chaque membre du groupe et régulation

### Amandine

Responsable des ventes - Commerce équitable

"La diversité des expériences et les conseils bienveillants apportés par le groupe m'ont permis de voir ma situation différemment. Je repars avec de nouvelles pistes d'actions à explorer"



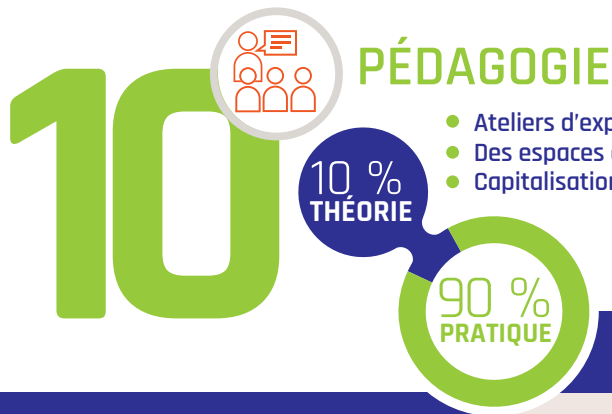
Bilan collectif des apports du cycle

RÉFÉRENCE : LFH\_CD

# ATELIERS DE PLEINE CONSCIENCE



Découvrez les apports des traditions méditatives d'orient et des neurosciences occidentales ; développez votre capacité à répondre aux situations de travail de façon moins réactive, plus harmonieuse avec soi, les autres et l'environnement



DURÉE : 3 MOIS

PARTICIPANTS : 8

## OBJECTIFS

- Présenter l'approche de la pleine conscience et ses bénéfices
- Faire l'expérience de la pleine conscience pour amener un changement dans la gestion des situations de travail
- Avoir une grille de lecture de son fonctionnement attentionnel et des compétences associées
- Intégrer à sa pratique managériale un nouveau mode de fonctionnement mental pour améliorer sa performance opérationnelle et son bien-être

## PROGRAMME

**Cycle de 11 ateliers hebdomadaires d'une durée de 1H30 + 1/2 journée dédiée aux apports du cycle**

- **Présentation de la pleine conscience, sa démarche de changement individuel et son impact sur le collectif de proximité**
  - Intérêts et pertinence de la pleine conscience au travail
  - Principes de la pleine conscience
  - Développement des compétences comportementales
  - Résultats scientifiques sur l'efficacité
- **Expérimentation de la pleine conscience et initiation aux techniques attentionnelles**
  - Prise de conscience du pilotage automatique dans nos situations professionnelles
  - Comprendre comment le fonctionnement de notre mental et de notre attention peuvent nous piéger, nous empêchant de répondre aux situations de façon optimale
  - S'entraîner à manier son attention avec habileté
  - Développer une agilité attentionnelle dans les situations de travail
  - Développer des attitudes humaines

### Camille

Chef d'entreprise - Digital

"J'arrive à lâcher prise et à ne pas me laisser ronger par des pensées qui pouvaient engendrer un stress incontrôlable. Une prise en compte positive de mes émotions m'a permis d'améliorer ma prise de décision "



Carnet d'apprentissage

Bilan collectif des apports du cycle

RÉFÉRENCE : LFH\_PC

## NOS CERTIFICATIONS :



CENTRE  
INTERNATIONAL DU  
COACH

talent 

 OPEN-ONLINE





GÉRALD FALQUÉRHO

06 37 71 02 87

[g.falquerho@lafabriquehumaine.fr](mailto:g.falquerho@lafabriquehumaine.fr)

MATHIEU MAZÉRAT

06 11 28 81 43

[m.mazerat@lafabriquehumaine.fr](mailto:m.mazerat@lafabriquehumaine.fr)



LAFABRIQUEHUMAINE

*Pour des managers agiles et heureux*

[contact@lafabriquehumaine.fr](mailto:contact@lafabriquehumaine.fr)

LAFABRIQUEHUMAINE - 89 rue de la Villette - 69003 LYON - [www.lafabriquehumaine.fr](http://www.lafabriquehumaine.fr)