



Catégorie des formations : Résolutions de problèmes

Index

Accompagner sereinement le changement à l'heure du distanciel	2
Accroître sa flexibilité mentale	2
S'affirmer sans crainte ni agressivité	2
Apprendre le langage de ses émotions - La colère	3
Bien gérer ses priorités et ses tâches	3
Comment organiser votre bureau à domicile	3
Design Thinking et conception d'application web pour les services traditionnels	4
Développer la stratégie des alliés même à distance	4
Digitalisation et fermentation : Binôme parfait dans la cuisine soutenable du XXI siècle !	4
Excel : les bases	5
Faire baisser sa stressabilité	5
Je gère mon temps avec l'aide des outils numériques	5
Gestion de projet - Méthode PRINCE2® Fondamentaux (avec examen officiel)	6
Des idées simples, des méthodes et des outils numériques pour maintenir l'esprit d'équipe tout en travaillant à distance	6
Initiation à l'impression 3D en résolution de problèmes par la création d'objets	6
Maîtriser et bénéficier du numérique dans son quotidien	7
Mieux gérer le changement	7
Organisez vos idées et vos projets avec le Mind Mapping	7
Perfectionnement à l'impression 3D en résolution de problèmes par la création d'objets	8
PRINCE2® 6th edition Agile Practitioner (E-Learning)	8
PRINCE2® 6th edition Foundation (E-Learning)	8
PRINCE2® 6th edition Practitioner (E-Learning)	9
Professionelle Gesprächsführung in digitalen Meetings und Videokonferenzen Überzeugen Sie Ihr Gegenüber!	10
Project Management - AgilePM® - Method Foundation (Official Exam included)	11
Project Management - PRINCE2® Method -Foundation (Official Exam included)	11
La résolution de problèmes en mode digital : outils et méthode	11
Réussir vos projets agiles en équipes avec des outils numériques	12
Simple ideas, methods and digital tools to keep up team spirit while working remotely	12
Sortir des sentiers battus : Résolution créative de problèmes et prise de décision	13
Thinking out of the box: Creative Problem Solving & Decision Making	13
Word : les bases	14



Catégorie des formations : Résolutions de problèmes

Accompagner sereinement le changement à l'heure du distanciel

Descriptif : Accompagner le changement avec aisance :

- Comprendre les différentes phases du changement
- Préparer et cadrer son changement
- Piloter avec aisance et sérénité le processus

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 10 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : FEELING FORMATION & COACHING

Accroître sa flexibilité mentale

Descriptif : S'adapter plus facilement aux nouvelles situations :

- Appréhender la façon dont nous percevons, traitons et utilisons les informations
- Repérer les situations bloquantes et nos biais cognitifs
- Utiliser ses ressources mentales pour favoriser la bascule

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 10 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : FEELING FORMATION & COACHING

S'affirmer sans crainte ni agressivité

Descriptif : Comprendre et gérer un public difficile ou une situation compliquée.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 7 heures

Coût : 460,00 euros

Institut : Space&Time Sàrl



Apprendre le langage de ses émotions - La colère

Descriptif : J'apprends à apprivoiser mes émotions de colère. Je me réapproprie mon pouvoir personnel pour utiliser mes ressources plus efficacement en valorisant mes performances physiques et psychiques dans son ensemble.

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 5 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : Alias MEDIATION

Bien gérer ses priorités et ses tâches

Descriptif : S'organiser pour gagner du temps et réduire le stress ; Définir ses objectifs Savoir mieux planifier et gérer son travail dans des délais serrés.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 4 heures

Coût : 270,00 euros

Institut : Space&Time Sarl

Comment organiser votre bureau à domicile

Descriptif : Formation en ligne (Zoom)

- Gestion du temps et planification : comment s'organiser, utiliser des calendriers numériques et partager avec les membres de l'équipe
- Gestion des tâches : Organiser ses tâches, utiliser des outils en ligne pour créer des listes de choses à faire
- Organiser l'espace de travail numérique : Organiser ses applications, ses fichiers, son bureau, son système de stockage dans le Cloud

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 2 heures

Coût : 75,00 euros HTVA

Institut : Art Square Lab SARL-S



Design Thinking et conception d'application web pour les services traditionnels

Descriptif : Apprendre à mettre en place une démarche design pour la gestion d'un projet de création service de type web, application, etc, dans le cadre de la digitalisation de son secteur. Évaluer la faisabilité de la démarche et les ressources à mobiliser.

Langue : LB / **FR** / DE / **EN** *Heures* : 16 heures
EN possible

Coût : 400,00 euros pour les 2 jours

Institut : Women in Digital Initiatives Luxembourg Asbl (WIDE)

Développer la stratégie des alliés même à distance

Descriptif : Influencer à bon escient dans le changement ; Cartographier les acteurs du changement ; Mesurer les impacts et les risques ; Mettre en œuvre sa stratégie.

Langue : LB / **FR** / DE / **EN** *Heures* : 10 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : FEELING FORMATION & COACHING

Digitalisation et fermentation : Binôme parfait dans la cuisine soutenable du XXI siècle !

Descriptif : Facilitez-vous la vie professionnelle ! Découvrez les atouts de la fermentation - une technique smart de préparation et conservation des aliments - et apprenez à appliquer les outils informatiques nécessaires pour :

- une meilleure gestion du temps ;
- la rationalisation des menus et la classification des steps de travail ;
- le répertoire et l'analyse des coûts et du gaspillage, ainsi que la communication à la clientèle à des fins publicitaires.

Langue : LB / **FR** / **DE** / **EN** / **IT** *Heures* : 9 heures

Coût : 220,00 euros

Institut : Microtarians S.àr.l.S.



Excel : les bases

Descriptif : Être capable de créer des tableaux et de les gérer. Mettre en forme les données et les manipuler. Savoir créer et imprimer des graphiques à partir de données d'Excel.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 3 heures

Coût : 500,00 euros TTC

Institut : RH EXPERT

Faire baisser sa stressabilité

Descriptif : Prendre du recul face aux situations stressantes : Identifier nos sources de stress ; Découvrir des outils pour relativiser ; Mettre en place une stratégie pour maintenir sa lucidité.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 10 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : FEELING FORMATION & COACHING

Je gère mon temps avec l'aide des outils numériques

Descriptif : Améliorer son organisation personnelle, notamment la gestion du temps et des urgences au quotidien.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 2 heures

Coût : 50,00 euros

Institut : Trustia Academy



Gestion de projet - Méthode PRINCE2® Fondamentaux (avec examen officiel)

Descriptif : Ce cours est dédié aux personnes travaillant sur des projets. Il n'y a pas de conditions préalables pour ce cours et cet examen. Il n'est pas nécessaire d'avoir des connaissances préalables en gestion de projet pour comprendre le cours. Dès lors seules les vidéos et l'examen sont disponibles en français. Tous les contenus complémentaires sont quant à eux en langue anglaise (quizz, textes explicatifs, manuel).

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 21 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : House of Training

Des idées simples, des méthodes et des outils numériques pour maintenir l'esprit d'équipe tout en travaillant à distance

Descriptif : Formation en ligne (Zoom)

- Fondements de l'esprit d'équipe : Comment améliorer le travail en équipe
- Constitution d'équipes numériques - Activités et outils : Présentation et tests

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 8 heures

Coût : 400,00 euros HTVA

2 sessions de 4 heures

Institut : Art Square Lab SARL-S

Initiation à l'impression 3D en résolution de problèmes par la création d'objets

Descriptif : Historique de l'impression 3D ; Processus utilisés de l'idée à l'impression 3D d'une pièce ; Conception d'une pièce en vue de son impression 3D ; Les différents logiciels gratuits utilisés ; Fabrication additive d'une pièce (trucs et astuces) ; Exemples d'utilisations Professionnelles ; Exemples d'Emplois Possibles.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 15 heures en Visio Formation *Coût* : 475,00 euros

5 sessions de 3h sur 2 semaines

Institut : Valérie CHOLAT - LEX in LUX



Maitriser et bénéficier du numérique dans son quotidien

Descriptif : Maitriser et bénéficier du numérique dans son quotidien quotidien ; Comprendre la myriade de services numériques et les avantages qu'ils procurent ; Savoir trouver la bonne alternative digitale face à un problème du quotidien ; Savoir éviter les mauvais plans - Se simplifier la vie

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 9 heures

Coût : 295,00 euros / pers.

500,00 euros / pers. pour 2 formations Allagi

Institut : Allagi SCIS

Mieux gérer le changement

Descriptif : Changer est devenu une nécessité. Il est important de s'adapter dans un monde qui bouge. Comprendre ses peurs, ses blocages pour oser aller de l'avant.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 7 heures

Coût : 460,00 euros

Institut : Space&Time Sàrl

Organisez vos idées et vos projets avec le Mind Mapping

Descriptif : Le Mind Mapping (encore appelé schéma heuristique ou carte mentale) développe l'efficacité de la présentation de projet. C'est un outil simple, ludique et stimulant qui permet d'explorer des méthodes innovantes, créatives et décalées afin de poser efficacement vos projets et de les optimiser. Une formation (atelier pratique en visio et activités en elearning) pour vous permettre de tester l'outil et de l'utiliser dans votre vie professionnelle et également dans votre vie personnelle.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 6 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : INNOBULLUS



Perfectionnement à l'impression 3D en résolution de problèmes par la création d'objets

Descriptif : Historique de l'impression 3D ; Processus utilisés de l'idée à l'impression 3D d'une pièce ; Conception d'une pièce en vue de son impression 3D ; Les différents logiciels utilisés ; Fabrication Additive d'une pièce (perfectionnement) ; Exemples d'utilisations Professionnelles ; Exemples d'Emplois Possibles.

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 15 heures en Visio Formation *Coût* : 475,00 euros
5 sessions de 3h sur 2 semaines

Institut : Valérie CHOLAT - LEX in LUX

PRINCE2® 6th edition Agile Practitioner (E-Learning)

Descriptif : PRINCE2® Agile est une méthodologie de gestion de projet, reconnue au niveau international, applicable à tout projet dans tout secteur d'activité. Cette méthode de gestion de projet, combinée aux normes du cadre Agile, qui est itérative et adaptative, vous donnera des résultats optimaux dans la manière dont vous gérez vos projets.

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 16 heures de contact (accès 365 jours) *Coût* : 495,00 euros (mentor-service inclus)

Institut : Business Training Luxembourg

PRINCE2® 6th edition Foundation (E-Learning)

Descriptif : PRINCE2® est un cadre intégré de processus et de thèmes qui traite de la planification, de la délégation, du suivi et du contrôle de ces six aspects de la performance des projets. Avec ce cours, vous comprendrez l'approche PRINCE2® - les principes, les processus, les thèmes et les techniques.

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 16 heures de contact (accès 365 jours) *Coût* : 495,00 euros (mentor-service inclus)
sous-titres EN et FR

Institut : Business Training Luxembourg



PRINCE2® 6th edition Practitioner (E-Learning)

Descriptif : Ce cours donnera des détails complets sur les différents processus, composants et techniques PRINCE2® et sur la manière dont ils s'imbriquent les uns dans les autres. Vous apprendrez également comment appliquer les techniques PRINCE2® en utilisant un scénario réel. À l'issue du cours, vous serez en mesure de mettre en place une forme appropriée d'organisation et de structure de projet conformément à PRINCE2®.

Langue : LB / FR / DE / **EN** *Heures* : 16 heures de contact
(accès 365 jours)

Coût : 495,00 euros
(mentor-service inclus)

Institut : Business Training Luxembourg



Professionelle Gesprächsführung in digitalen Meetings und Videokonferenzen Überzeugen Sie Ihr Gegenüber!

Descriptif : Professionelle Gesprächsführung in digitalen Meetings und Videokonferenzen Überzeugen Sie Ihr Gegenüber!

Der souveräne Auftritt in Verhandlungen, Meetings und schwierigen Gesprächssituationen stellt hohe Anforderungen an ihre persönlichen Fähigkeiten. Für digitale Teamrunden, Kundengespräche und Verhandlungen benötigen Sie Methoden und Techniken. In diesem Kurs werden moderne Kommunikationskanäle, insb. Videokommunikation und Videokonferenzen für den Kundenkontakt trainiert. Welche Techniken tragen zu einem gelungenen Gespräch auf Augenhöhe bei und wie gestalte ich ein produktives Feedback? Der Workshop bietet kreative Übungen und eine praxiserprobte Anleitung mit hilfreichen Tipps, die schnell und leicht umgesetzt werden können. Sie erproben Methoden der Gesprächsführung, Präsentation und Moderation, die Sie für ein zielführendes Kontaktmanagement einsetzen können.

Im Activ-Video-Workshop können Sie ihre bisherigen Handlungskompetenzen überprüfen, neue Fähigkeiten erwerben und individuelle Themen erproben.

Sie arbeiten an Ihrem konkreten Bedarf und üben den Umgang mit Gesprächssituationen.

1. Modul: Grundlagen der Technik und Gesprächsführung

Technische Voraussetzungen und Vorbereitung (Zoom, Teams, Skype, usw.); Grundlagen der Gesprächsführung; Warm-ups & Icebreaker; Kommunikationstechniken im digitalen Austausch; Verhaltensknigge bei der Nutzung von Online-Plattformen

2. Modul: Professionelle kundenorientierte Kommunikation

Kommunikation und innere Haltung; Grundlagen der kundenorientierten Kommunikation und Gesprächsführung; Kundenorientierte Rhetorik; Schlagfertigungsstrategien und Training

3. Modul: Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen im Netz

Gesprächsführung in Beschwerdesituationen; Selbst ruhig bleiben in schwierigen Gesprächssituationen: Techniken; Prävention schwieriger Gesprächsverläufe; Maßnahmen in Grenzsituationen

Voraussetzungen: Teilnahme am Zoom-Life-Seminar mit Video/Audio und guter Internetverbindung (min. 2 MBit/s up and download)

Leitung/Trainer: Ralf Burkhardt Dipl.-Psychologe, Coach & Kommunikationstrainer

Koordination & Hotline: Dr. päd. Klaus Schneider, Kompetenzbilanzierung und Karriereplanung

Langue : LB / FR / **DE** / EN *Heures* : 8 heures

Coût : 489,00 euros

Institut : Research & Action



Project Management - AgilePM® - Method Foundation (Official Exam included)

Descriptif : This course is dedicated to people who work in Projects and want to know the benefits of using the Agile Project Framework. You don't need to have prior knowledge of or work experience in Agile projects to understand the course.

Langue : LB / FR / DE / **EN** *Heures* : 22 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : House of Training

Project Management - PRINCE2® Method -Foundation (Official Exam included)

Descriptif : This course is dedicated to people who work in Projects. There are no prerequisites for this course and exam. You don't need to have prior knowledge of project management to understand the course.

Langue : LB / FR / DE / **EN** *Heures* : 21 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : House of Training

La résolution de problèmes en mode digital : outils et méthode

Descriptif : La résolution de problème fait partie de nos journées. Afin de pouvoir trouver des réponses à vos problématiques et choisir la meilleure pour passer au plan d'actions, cette formation, dont vous serez l'acteur et au parcours évolutif, vous propose de découvrir une démarche (Creative Problem Solving) avec sa boîte à outils (2 courtes séances de formation action en distanciel et elearning). Trois formules vous sont proposées afin de répondre à vos besoins. Ça vous tente ?

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 9 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : INNOBULLUS



Réussir vos projets agiles en équipes avec des outils numériques

Descriptif : Avancez dans votre carrière en vous préparant à de nouvelles responsabilités. Vous allez être confrontés à des études de cas d'entreprises en cours de réalisation de projets et elles auront besoin de vos conseils ! En équipes virtuelles sur Zoom, nous mettrons en pratique les principes de gestion d'équipes en approche agile, essentiels dans les environnements digitaux d'aujourd'hui.

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 8 heures

Coût : 500,00 euros

Institut : DREAMTEAM SA

Simple ideas, methods and digital tools to keep up team spirit while working remotely

Descriptif : Formation en ligne (Zoom)

- Fondements de l'esprit d'équipe – Comment améliorer le travail en équipe
- Constitution d'équipes numériques – Activités et outils – Présentation et tests

Langue : LB / FR / DE / EN *Heures* : 8 heures

Coût : 400,00 euros HT

2 sessions de 4 heures

Institut : Art Square Lab SARL-S



Sortir des sentiers battus : Résolution créative de problèmes et prise de décision

Descriptif : Formation en ligne (Zoom)

- Outils et méthodes : Libérer la créativité et le potentiel du cerveau en utilisant les outils en ligne de cartographie des idées et de brainstorming
- Pensée "Out of the Box" : Activités qui incitent à penser de manière créative et à essayer de trouver des solutions originales
- Techniques et outils de résolution de problèmes (e.g. de Bono, Design Thinking)
- Processus de prise de décision (convergence and divergence)
- Techniques et outils de prise de décision

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 8 heures

Coût : 400,00 euros HT

2 sessions de 4 heures

Institut : Art Square Lab SARL-S

Thinking out of the box: Creative Problem Solving & Decision Making

Descriptif : Formation en ligne (Zoom)

- Introduction to creative thinking: learn to unlock your creative thinking skills, develop new and unorthodox solutions to the problems. Develop understanding of divergent and convergent tools you can use.
- Tools and methods: unleash the brain's creativity and potential using online Mind Mapping and Brainstorming tools
- Out of the box thinking: activities that prompt you to think creatively and try to come up with out of the box solutions.
- Introduction to Problem Solving: Creative problem-solving skills help you determine the source of a problem and find an effective solution. Although problem-solving is often identified as a skill on its own, there are other related skills that contribute to this ability. This section will focus on those related skills.
- Problem solving models
- Problem solving techniques and tools (e.g. de Bono, Design Thinking)

Langue : LB / FR / DE / **EN** *Heures* : 8 heures

Coût : 400,00 euros HT

2 sessions de 4 heures

Institut : Art Square Lab SARL-S



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère des Sports

Word : les bases

Descriptif : Être capable de créer des documents et de les mettre en forme.

Langue : LB / **FR** / DE / EN *Heures* : 3 heures

Coût : 500,00 euros TTC

Institut : RH EXPERT