

FICHE PRATIQUE 1



Formations ultra-courtes (15 à 30 minutes)



Objectif

Déclencher un **premier usage concret**
sans surcharge cognitive.



Pourquoi ça marche

- Au-delà de **30 minutes**, la concentration **chute**
- La **résistance** au changement augmente
- Les dirigeants de TPE veulent du **rapide et utile**



Une **mini-formation** = **Moins de friction**, plus d'action.



Comment faire

1 session = 1 seul usage concret

(ex: automatiser un devis, gérer ses RDV...)

1

Démonstration rapide



2

Mise en pratique immédiate

Chacun teste



3

Résultat concret



Effet immédiat



Astuce terrain

Toujours conclure par :

« Qu'est-ce que vous pourriez tester dès demain ? »

(Si la personne ne sait pas répondre, c'est que la session est trop théorique.)

Paméla IA

FICHE PRATIQUE 2



Ateliers pair-à-pair



Objectif

Créer de la **confiance** et lever les **freins** par **l'exemple réel**.



Pourquoi ça marche



Les dirigeants croient **davantage** **leurs pairs** que les experts.



Comment faire



Un dirigeant ou salarié présente un **usage testé**

- ▶ Les autres posent des **questions**, partagent leurs **essais**

1 Posture : **entraide**, pas démonstration de performance



Astuce terrain

Inviter les participants à **revenir** avec **un usage testé** à la session suivante.

Pamél· IA

FICHE PRATIQUE 3



Accompagnement en 4 étapes



Objectif

Ancrer durablement les usages numériques.



Pourquoi ça marche

La progressivité réduit la peur de mal faire et renforce l'autonomie.

Les 4 étapes

1

Créer la curiosité → exemples simples, inspirants



→ Provoquer un **quick win** → automatisme simple, gain visible

2

Structurer la compétence → mini-session + tuto ciblé



→ **Consolider l'autonomie** → réutilisation, personnalisation

4

Consolider l'autonomie → réutilisation, personnalisation



Astuce terrain

Utiliser une **grille simple** (maturité × confiance) pour situer la personne.

FICHE PRATIQUE 4



Suivi à J+30



Objectif

Transformer un **test** en **habitude**.



Pourquoi ça marche

Sans suivi, l'**usage retombe** —
même avec les meilleures intentions.



Comment faire

15 minutes, un mois plus tard

3 questions clés :



1 Qu'est-ce qui a été testé ?

2 Qu'est-ce qui bloque ?



3 Qu'est-ce qui pourrait être adapté ?



Astuce terrain

Si l'outil ne prend pas : **proposer une alternative, pas un abandon.**

Pamél' IA

FICHE PRATIQUE 5



Kits modulables



Objectif

Allier souplesse et cadre rassurant.



Pourquoi ça marche

Les TPE ont besoin de formats **adaptables**, mais **structurés**.



Comment faire

Créer des modules de 15 / 30 / 60 min avec toujours la même trame :



1 Situation réelle

15 | 30 | 60



2 Outil simple



3 Mise en pratique

4 Discussion / projection



Astuce terrain

Capitaliser :

- ▶ documenter ce qui **fonctionne**
- ▶ partager entre accompagnants