

# El Lolita Ghilione

281, avenue des Palmiers  
83140 Six-Fours-Les-Plages  
Email : formation@lolitaghillione.fr  
Tel : +33629993778



## Améliorer la performance et sécuriser son site web

*Optimisez la performance et la sécurité de votre site WordPress en 2 jours. Apprenez à accélérer votre site, corriger les points bloquants, le protéger efficacement et assurer une maintenance durable. Une formation concrète pour un site plus fiable, performant et professionnel.*

### Tarif

L'ingénierie pédagogique étant faite sur mesure, le tarif sera établi en fonction des besoins de l'apprenant et figurera sur les documents contractuels tels que le devis, la convention de formation ou le contrat de formation.

### Durée

2.00 jours, soit 14.00 heures (sur la base d'une journée de 7 heures).

La période ou les dates de formation figurent sur les documents contractuels (devis, convention ou contrat de formation).

### Profils des apprenants

Public concerné :

- Entrepreneur(e), indépendant(e) ou particulier souhaitant améliorer les performances et la sécurité d'un site web
- Créateurs de sites web débutants à intermédiaires utilisant WordPress et souhaitant renforcer leurs compétences techniques

Prérequis :

- Savoir utiliser un ordinateur et maîtriser les usages de base d'Internet
- Avoir un site WordPress ou être en cours de création de celui-ci

### Accessibilité et délais d'accès

Inscription sur demande, lors de l'appel découverte, par mail (formation@lolitaghillione.fr) ou par téléphone au 06 29 99 37 78 auprès de Lolita Ghilione. L'accès à la formation s'effectue selon le planning de l'apprenant, au plus tard 15 jours après ta demande.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Afin d'étudier les modes de compensation nécessaires et d'adapter au mieux la formation, merci de contacter la référente handicap, Mme Lolita Ghilione, par téléphone au 06 29 99 37 78 ou par mail à l'adresse formation@lolitaghillione.fr.

### Qualité et indicateurs de résultats

Les indicateurs de résultats sont transmis sur demande. Les taux de satisfaction, de réussite et le nombre d'apprenants seront diffusés début 2027.

## Objectifs pédagogiques

- Comprendre l'impact de la performance d'un site web sur le SEO, l'expérience utilisateur et la conversion.
- Analyser les performances de son site et identifier les points de ralentissement.
- Optimiser techniquement un site WordPress pour améliorer sa vitesse et sa fluidité.
- Sécuriser un site WordPress en appliquant les bonnes pratiques et outils adaptés.
- Mettre en place une stratégie fiable de sauvegarde et de maintenance.
- Assurer le suivi et l'amélioration continue de la performance et de la sécurité du site.

## Contenu de la formation

Catégorie : Digital & Web

# El Lolita Ghilione

281, avenue des Palmiers  
83140 Six-Fours-Les-Plages  
Email : formation@lolitaghillione.fr  
Tel : +33629993778



- **MODULE 1** — Comprendre les enjeux de performance d'un site web
  - Comprendre l'impact des performances d'un site sur le référencement naturel (SEO)
  - Identifier les conséquences du temps de chargement sur l'expérience utilisateur et le taux de conversion
  - Identifier les principaux facteurs influençant la performance d'un site web
- **MODULE 2** — Analyser les performances de son site internet
  - Utiliser des outils d'analyse de performance (PageSpeed Insights,...)
  - Interpréter les indicateurs clés de performance (temps de chargement, Core Web Vitals...)
  - Identifier les éléments techniques ralentissant un site web
- **MODULE 3** — Optimiser techniquement un site sous WordPress
  - Optimiser les images (poids, formats, compression)
  - Mettre en place des solutions de cache et configurer des plugins adaptés
  - Nettoyer et alléger un site (extensions, médias, base de données)
  - Identifier les critères de choix d'un hébergement performant
- **MODULE 4** — Sécuriser un site WordPress
  - Identifier les principales vulnérabilités d'un site WordPress
  - Mettre en place des mesures de protection des accès (mots de passe, rôles utilisateurs)
  - Installer et configurer des outils de sécurité
  - Appliquer les bonnes pratiques de sécurisation d'un site web
- **MODULE 5** — Mettre en place une stratégie de sauvegarde et de maintenance
  - Configurer des sauvegardes automatiques fiables
  - Restaurer un site à partir d'une sauvegarde
  - Définir et appliquer une routine de maintenance régulière
- **MODULE 6** — Assurer la performance et la sécurité dans la durée
  - Mettre en place un suivi régulier des performances du site
  - Utiliser une checklist de maintenance mensuelle
  - Élaborer un plan d'actions pour améliorer en continu son site
  - Appliquer des bonnes pratiques pour garantir la stabilité et la pérennité du site

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Dirigeante de l'organisme de formation : Lolita Ghilione  
Formatrice : Laura Bruel

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Les formations pourront être dispensées en présentiel ou en distanciel via l'outil de visio conférence "Zoom". Dans ce cas-là, un équipement informatique est requis, tel qu'un ordinateur ou une tablette équipée d'une webcam et d'un micro, ainsi qu'une connexion Internet de bonne qualité.
- Avant la formation : évaluer les connaissances initiales et les besoins des apprenants Lors d'un entretien découverte en visioconférence avec la formatrice, les connaissances initiales, les besoins, attentes et enjeux de l'apprenant seront analysés et les prérequis seront vérifiés. Les apprenants rempliront un questionnaire de pré-formation pour adapter le contenu à leurs intérêts et évaluer leur niveau sur la thématique de la formation.
- Pendant la formation : évaluer en continu et valider la compréhension en temps réel Les apprenants bénéficieront d'un apport théorique avec un support papier et numérique. Ils seront soumis à des exercices pratiques, des travaux de groupe, des mises en situation et des échanges sur leurs pratiques professionnelles dans une pédagogie active et participative permettant un contrôle continu de leur progression et du développement de leurs connaissances et compétences au regard des objectifs visés.
- À l'issue de la formation : évaluer les connaissances acquises et la satisfaction à chaud Un quiz d'évaluation permettra de vérifier l'acquisition des compétences en lien avec les objectifs visés par le programme. Un questionnaire de satisfaction permettra de mesurer l'indice de satisfaction des participants sur l'atteinte des objectifs, la qualité de l'animation et la satisfaction globale de la prestation. Un certificat de réalisation sera remis à chaque apprenant.

## El Lolita Ghilione

281, avenue des Palmiers  
83140 Six-Fours-Les-Plages  
Email : [formation@lolitaghilione.fr](mailto:formation@lolitaghilione.fr)  
Tel : +33629993778



### Contact de la formation

Lolita GHILIONE : 06 29 99 37 78 / [formation@lolitaghilione.fr](mailto:formation@lolitaghilione.fr).

Dernière mise à jour du programme : 01/04/2026