

SE RÉAPPROPRIER SON TEMPS

60 minutes pour ... Découvrir pratiques et outils pour mieux gérer son temps

Nous sommes de plus en plus confrontés au manque de temps. En utilisant des pratiques et outils simples, il est possible de mieux nous organiser pour améliorer notre gestion du temps.



Objectifs pédagogiques

- S'approprier des bonnes pratiques pour sortir de l'impasse
- Maîtriser des outils pour commencer à se réapproprier son temps
- Décider si oui ou non, nous pouvons nous engager sur une tâche



Méthodologie

- La classe virtuelle s'articule autour d'apports théoriques et d'outils pratiques, d'illustrations, de confrontations d'expériences et de contextes



Contenu synthétique

- Remettre en perspective notre relation au temps
- Des principes à remettre en mémoire
- Des outils et méthodes pour nous aider



Durée

60 minutes.



Prix

500 € HT
par session



Public cible

- **Tous collaborateurs, managers ou responsables d'une organisation**
- **Accessibilité et situation de handicap** : nous adaptons nos prestations à vos besoins



Nombre de participants
10
personnes



Prérequis

Collaborateurs travaillant au sein d'une organisation en demande de formation