

FORMATION « ORGANISER SON TEMPS ET DÉFINIR SES PRIORITÉS »

Les objectifs généraux sont de permettre au stagiaire d'améliorer la gestion de son temps de travail et d'optimiser son efficacité opérationnelle.

1. Public et Prérequis

- ✓ Tous publics – de 1 à 8 personnes
- ✓ Savoir lire, écrire, être équipé de matériel informatique ou smartphone et d'une connexion internet (si format distanciel)

2. Objectifs pédagogiques

- ✓ Appréhender les enjeux d'une bonne organisation
- ✓ Savoir définir un objectif professionnel clair
- ✓ Mettre en application la méthode SMART
- ✓ Définir et gérer ses priorités
- ✓ Utiliser la matrice d'Eisenhower
- ✓ Connaître les 7 lois du temps
- ✓ Planifier ses tâches
- ✓ Appréhender la notion de gestion humaine

3. Méthodes pédagogiques :

- ✓ Apports théoriques
- ✓ Études de cas concrets appropriés aux besoins des stagiaires
- ✓ Mise en œuvre de jeux de rôle
- ✓ Administration de quiz
- ✓ RIE (réflexion individuelle écrite) suivie d'échanges oraux
- ✓ Exercices d'entraînement et de facilitation graphique...

4. Evaluation

- ✓ Un quiz de « transfert des acquis » permettra de mesurer formellement les connaissances.
- ✓ Des questionnaires de satisfaction sont remplis par les participants et le commanditaire.
- ✓ Les feuilles de présence seront signées par demi-journée, par les participants et par l'intervenante.

5. Prix et durée du stage : 1200 € HT pour 7 heures de formation

6. Organisme de formation : UPSENS www.upsens.fr

Intervenante : Marine CROUAN est formatrice & Coach professionnelle certifiée, titulaire d'un Master en Marketing Stratégique, formée aux Techniques de Communication et à l'Analyse Transactionnelle. Elle a 25 ans d'expérience en Management de collectifs au sein de diverses entreprises privées.

7. Lieu et accessibilité : Formation dispensée à Distance ou en Présentiel, dans les locaux de la structure commanditaire ou dans une salle louée en sus à cet effet. Les personnes en situation de handicap sont invitées à nous contacter pour définir comment nous pouvons les accueillir en formation.