



Profil des stagiaires :

- Tout public

Pré-requis :

- Aucun pré-requis spécifique

Objectifs pédagogiques

Être capable de

- Planifier son temps, gérer les priorités et les urgences
- Savoir se fixer des priorités
- Organiser déplacements, réceptions, réunions

Contenu de la formation

- Redevenir maître de son temps
 - Se fixer des objectifs réalistes
 - Se projeter à long terme
 - Quantifier ses besoins en temps
 - Passer de l'impression aux chiffres
- Se fixer des priorités
 - Clarifier ses missions
 - Différencier l'urgent de l'important
 - Diagnostiquer ses besoins en temps
 - Analyser sa journée de travail
- Intégrer les bonnes pratiques
 - Connaître les principes d'organisation du temps
 - Appliquer les 7 lois du temps en réunion
 - Combattre son style de gestionnaire du temps
 - Utiliser les bonnes pratiques pour optimiser son temps
- Gérer son temps au quotidien
 - Planifier son temps
 - Mettre en place les règles de la planification
 - Gérer les imprévus
- Dire "non" et réussir à déléguer
 - Appréhender les freins qui nous empêchent de dire "non"
 - Réussir à dire "non"
 - Définir la délégation
 - Déléguer utilement



Organisation de la formation

Equipe pédagogique :

La formation est animée par un intervenant spécialiste du domaine.

Moyens pédagogiques et techniques :

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Formation opérationnelle basée sur "le FAIRE"
- Supports de formation
- Etude de cas concrets, mises en situation

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

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Lieu de la formation : Espace Gabriel ou sur site

Nombre de participants : Formation en groupe de 9 personnes maximum

Durée : 14.00 heures (1 jour)

Tarif par stagiaire : 980.00 €

Formation Intra : nous consulter

Contact : 02.31.43.96.10 - contact@gabrielconseils.fr

Accessibilité :

Notre référent handicap se tient à votre disposition pour toute information à l'adresse :

mission.handicap@gabrielconseils.fr

Les éléments contenus dans cette fiche constituent le programme de la formation prévue et sont donnés à titre indicatif. S'il le juge nécessaire, l'intervenant pourra adapter les contenus des formations suivant l'actualité, la dynamique du groupe, ou le niveau des participants.

Les délais d'accès dépendent des disponibilités. Les dates sont à retrouver sur notre site internet www.espace-gabriel.fr

Les Conditions Générales de Vente sont à retrouver sur notre site internet : www.espace-gabriel.fr/CGV

Les évaluations des stagiaires et les taux d'obtention des Certifications sont disponibles sur notre site internet : www.espace-gabriel.fr

Gestion du temps et des priorités

MAJ :23 janvier 2023

