



**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](mailto:contact@gabrielconseils.fr)

### Accessibilité :

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

[mission.handicap@gabrielconseils.fr](mailto: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](http://www.espace-gabriel.fr)*

*Les Conditions Générales de Vente sont à retrouver sur notre site internet : [www.espace-gabriel.fr/CGV](http://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](http://www.espace-gabriel.fr)*

*Gestion du temps et des priorités*

*MAJ :16 août 2022*

