



LA GESTION DU TEMPS

GARDEZ LE CONTRÔLE ET GAGNEZ EN EFFICACITÉ

DESTINATAIRES

Collaborateurs & managers

OUTILS PEDAGOGIQUES

Formation pragmatique et participative
Echanges d'expériences & réflexions en sous-groupe
Diagnostic individuel & création d'une boîte à outil personnelle

Documentation de cours en ligne

Activités blended learning et micro learning en option

DUREE

2 jours

TARIFS

Sur demande

Projets, mails, réunions, dossiers en attente ... Les journées de travail ne vous suffisent plus ? Vous jonglez sans cesse entre toutes vos priorités et il vous est difficile de respecter les délais ?

Cette formation vous permettra de vous approprier des outils et des techniques simples et pragmatiques qui vous aideront à mieux contrôler votre temps et à améliorer votre efficacité au travail.

OBJECTIFS

- Prendre conscience de son mode de fonctionnement au travail pour pouvoir renoncer aux mauvaises habitudes chronophages et ainsi gagner en énergie et en efficacité.
- Apprendre à définir ses objectifs en fonction de ses responsabilités pour mieux prioriser ses tâches et ainsi concentrer son temps sur l'essentiel.
- Acquérir des outils et techniques simples et pragmatiques, utilisables au quotidien, pour améliorer son organisation personnelle et ainsi gagner en efficacité et en sérénité.

PROGRAMME

- Les pilotes clandestins et leur impact sur votre organisation
- Les objectifs SMART et comment les utiliser au quotidien pour gagner en temps et en efficacité
- Les outils, techniques et méthodes pour planifier judicieusement votre temps, gérer au mieux vos priorités et organiser pertinemment vos journées
- Comment être plus efficace dans vos réunions, en entretien, au téléphone et dans le traitement de vos E-Mails
- Les techniques et outils pour focaliser votre énergie et gagner du temps.
- L'art de dire non sans heurter & la technique pour demander de l'aide

CHAQUE FORMATION EST MODULABLE TANT DANS SON CONTENU QUE DANS SA DUREE AFIN DE REpondre PARFAITEMENT À VOS BESOINS.



Corinne Martino Formations

+41 79 401 78 47

formations@cmartino.ch

www.cmartino.ch