

Gestion du temps et des priorités

V2 - Avril 2023



2 jours - 14H

Inter ou Intra entreprise

Groupes de 4 à 12 personnes

Possibilité de formations sur toute la France métropolitaine

Nous contacter pour toute demande de date.

Tarifs

Intra-entreprise : 2390 € (hors frais déplacement/hebergement du formateur si besoin)

Inter-entreprise : 850€/personne
Nos formations peuvent être prises en charge en totalité ou pour partie par votre fonds de formation (OPCO)

A qui s'adresse cette formation ?

Toute personne souhaitant améliorer de façon durable sa gestion du temps en devenant acteur(rice).

Quels sont les pré-requis ?

Aucun

Cette formation peut être accessible aux personnes en situation de handicap. Les éventuels aménagements à mettre en œuvre et la possibilité de le faire seront identifiés au cours d'un entretien préalable. Contactez-nous pour en parler

Compétences professionnelles

A l'issue de la formation les participants disposent de clés pour planifier, organiser et optimiser leur emploi du temps. Ils gagneront en sérénité et en efficacité dans leur quotidien et deviendront acteur(rice) de leur relation au temps.

Objectifs pédagogiques

- Identifier sa relation au temps
- Utiliser son temps en fonction de ses priorités
- Interpréter et intégrer la dimension de ses freins personnels
- Acquérir et s'appropriier les bons outils et techniques d'organisation et de planification
- Mettre en place une organisation personnelle efficace au quotidien.

Suivi de l'exécution de la formation et des résultats

Feuille de présence signée par ½ journée

Exercices de mises en application en cours et en fin de formation

Formulaire d'évaluation de la formation

Moyens pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et d'exercices de mise en pratique.
Livret remis au choix du stagiaire sous format numérique ou papier.

Moyens techniques

Salle de formation adaptée avec vidéoprojecteur, Paper-board et connexion internet.

Formatrice



Isabelle HOURY

Coache Formatrice indépendante spécialiste de la communication et des soft skills, je vous accompagne vers votre bien-être et votre santé globale.

Contactez nous

S.A.S BEKA FORMATION

SIRET: 918 281 767 00015

DECLARATION D'ACTIVITE AUPRES DE LA DREETS NOUVELLE AQUITAINE : 75240225424

Contact@bekaformation.fr
05.64.34.01.77