



# GÉRER VOS PRIORITÉS

Formation de 2 jours qui vous permettra d'anticiper, organiser et planifier vos activités pour gérer votre temps de manière efficace






 <p><b>OBJECTIFS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anticiper et planifier vos activités de façon réaliste</li><li>• Organiser et personnaliser vos outils de gestion de temps</li><li>• Équilibrer les trois domaines :<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Vie privée / vie professionnelle</li><li>◦ Travail individuel / travail avec les autres</li><li>◦ Court terme / long terme</li></ul></li></ul>
 <p><b>PUBLIC CONCERNÉ</b></p>	<p>Chefs d'entreprise, cadres et agents de maîtrise</p> <p>Groupe de 4 à 10 personnes</p>
 <p><b>DURÉE</b></p>	<p>2 jours</p>
 <p><b>PRÉREQUIS</b></p>	<p>Aucun</p>
 <p><b>COÛT</b></p>	<p>330€ /jour/personne soit <b>660€ net pour les 2 jours de formation</b></p> <p>Tarif intra-entreprise nous consulter</p>

Image not found or type unknown



## PROGRAMME

### **Mieux connaître votre utilisation du temps : diagnostic**

- La répartition de votre temps
- Vos priorités professionnelles/ privées
- Gérer vos activités et non votre temps
- Hiérarchiser votre temps par la méthode ABC
- Décider par la méthode des 4 R
- L'analyse de votre temps professionnel
- Vos voleurs de temps

### **Équilibrer votre utilisation du temps**

- Vous organiser
- Passer de l'objectif au projet
- Gérer vos priorités
- Planifier pour exécuter
- Utiliser votre agenda
- Déléguer

### **Clarifier votre relation avec le temps**

- Optimiser votre fonctionnement
- Investir du temps pour en gagner
- Focaliser vos engagements
- Optimiser votre comportement
- Prendre du recul
- Savoir dire non
- Savoir « cadrer » le temps avec les autres
- Optimiser votre temps pour vous
- Organiser votre qualité de vie personnelle, relationnelle

Image not found or type unknown



## DES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Exposés et discussions, apports méthodologiques, exercices

Image not found or type unknown



## CONTACT

### **Formeum**

Tél. 04 66 879 624

Vous souhaitez en savoir plus sur cette formation ?

N'hésitez pas à remplir le formulaire en cliquant sur "Demande de renseignements", nous nous engageons à vous répondre dans les plus brefs délais.