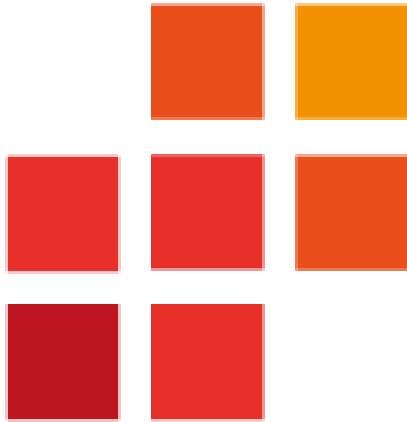




Fiche programme formation « Mon job, le temps et moi »

Votre contact privilégié : Catherine Aïdara

- Mobile : 0633880185
- Email : Catherine@Blondel17.onmicrosoft.com



Catherine Blondel



Mon job, le temps et moi

Type de formation

Intra-entreprise
Présentiel ou Distanciel

Durée

1 jour soit 7 heures
(émargement par ½ journée ou par CV) + REX

Formateurs

Catherine Aïdara
Thierry
Labourdette

Participants

6 participants
maximum en
présentiel comme
en distanciel

Lieu de la formation :

Couverture nationale

Tarif : 1 400 € nets par jour
exonérés de TVA (hors frais
de déplacement)

Objectifs pédagogiques

- Adopter les bonnes pratiques d'organisation individuelle
- Gagner en efficacité et en bien-être au travail

Public concerné

- Toute personne souhaitant optimiser ses pratiques de travail quotidiennes

Prérequis

- Aucun

Modalités d'évaluation

- État des lieux de son organisation en amont de la formation (J-15) à renvoyer à J-2
- Validation des attentes en début de formation
- Plan de développement en fin de formation (REX possible à M+3)
- Enquête de satisfaction envoyée aux participants à l'issue de la formation

Méthodes pédagogiques

- Participatives et actives

Moyens pédagogiques

- Nombreux travaux individuels
- Apports de l'animateur
- Partage collectif de bonnes pratiques
- Brain Storming
- Quizz
- Doc de synthèse envoyé aux participants à l'issue de la formation

Attestation individuelle de formation délivrée sur simple demande

Programme - Compétences visées

Repérer sa relation au temps

- La clé de la gestion du temps
- Premier constat suite à l'état des lieux réalisé en amont de la formation

Prendre conscience de la nécessité de clarifier son organisation

- Ma mission, mes objectifs, mes priorités
- Les différents types de tâches liés à cette mission et le temps consacré
- Les grands absents
- La place des imprévus dans mon quotidien

Se familiariser avec les solutions possibles

- Organiser ce qui est organisable : « Ne pas prévoir, c'est déjà gémir »
- Gérer les aléas et les imprévus : nous ne sommes pas des secouristes
- Faire la chasse à ses voleurs de temps
- Traiter ses maladies du temps

Bâtir son plan d'action personnel :

- Choisir les solutions à adopter
- Identifier comment les mettre concrètement en place

Retour d'expérience à M+3 possible

- En distanciel : durée 1h à 1h30 par participant
- En collectif : durée 1/2 journée



1 question ? 1 aménagement du contenu ? 1 demande spécifique sur ce thème ?
Contactez-nous directement en scannant ce QR Code.



Catherine Blondel

Scannez pour
garder contact !



Pour scanner, téléchargez l'app Unitag
gratuite sur unitag.io/app

