



PRESENTATION DE LA FORMATION

« GESTION DU TEMPS & PILOTAGE PAR PLAN D' ACTIONS

POUR NON-MANAGER »

Prérequis : avoir renseigné le questionnaire préparation / S'exprimer couramment en français.

Objectifs : Découvrir et Mettre en place les meilleures techniques de priorisation, de gestion du temps et de planification pour gagner en sérénité et efficacité.

Public visé : Tout salarié

Contexte : Dans l'univers professionnel aussi les rythmes s'accroissent, les tâches se multiplient, les tensions augmentent au point parfois de se sentir débordé, noyé, stressé sans solution à l'horizon.

Comment distinguer l'urgent de l'important ? Comment dire NON !? Comment ne pas se sentir débordé ? Comment ne pas se laisser envahir par le stress ?

Durée de la formation : une journée de 7h (8h45 à 17h15)

Moyens techniques, pédagogiques et d'encadrement : La formation collective se tiendra en présentielle, sera animée à l'aide de moyens techniques tel que le tableau blanc numérique afin d'être en perpétuel échange avec les apprenants, et quelques photos, vidéo ou jeux (QCM, Kahoot,).

Une présentation informatique sera mise à disposition des apprenants sur une plateforme digitale à l'issue de la formation.

Un questionnaire de préparation sera envoyé aux participants pour recueillir leurs attentes spécifiques.

La formation sera assurée par Marc PETIT et mise en place pour 4 à 6 personnes.

Le contenu de la formation :

- La réflexion personnelle quant à ses actions du quotidien
- Découvrir les principes de la gestion du temps
- Qu'est-ce qu'une vraie priorité ?
- Analyser ses voleurs de temps
- Apprendre à dire NON !
- Mieux gérer : les mails, les appels téléphoniques, les réunions
- Plan de journée, semaine, mois, année et la to-do list
- Elaboration d'un plan d'amélioration personnel pour rendre concret ce changement.

Modalités d'évaluations :

- un questionnaire de sortie de formation est réalisé par le stagiaire.
- un questionnaire de satisfaction est complété en fin de formation par le stagiaire.
- un questionnaire sur les acquis du bénéficiaire est complété par le formateur après la formation.



Accueil personne en situation de handicap : Le Réseau Mesure s'engage à adapter les formations lorsque cela est possible, à des stagiaires handicapés. Une réponse personnalisée sera formulée en tenant compte de la nature du handicap et de la compatibilité logistique. Afin de permettre à l'équipe pédagogique d'analyser les solutions d'adaptation de la formation nous vous demandons de contacter si nécessaire, le référent handicap Claire ONFRAY, dès que possible, par mail : confray@reseau-mesure.com ou par téléphone au 06.95.96.97.45.

Délais d'accès : Prévoir entre 1 et 3 mois entre la demande de formation du bénéficiaire et la date de formation.

Tarif adhérent : 495 €HT /personne/formation

Tarif non adhérent : 645 €HT /personne/formation

Ou sur demande en fonction du besoin spécifique du client.

Le Réseau Mesure est référencé Centre de formation certifié QUALIOPi, permettant une prise en charge de nos formations par les OPCO.