



Formation Organisation et Gestion Temps

Pour renouer avec la performance en toute sérénité
dans un environnement physique et numérique maîtrisé

Comprendre

Maîtriser



Apprendre

Autonomie

Objectifs pédagogiques de la formation :

- Comprendre son rapport au temps et son impact
- Apprendre à fixer des objectifs, des priorités et un planning en lien et devenir stratège avec les outils fondamentaux de la gestion temps
- Apprendre à structurer et organiser son espace de travail physique et numérique

Compétences visées : Maîtriser son temps et son environnement physique/ numérique.

Programme de la formation

Principes du rapport au temps

- Une question de posture
- Les principes du changement
- Origines et conséquences de l'absence d'organisation et de gestion temps
- Comprendre et travailler son rapport au temps

Les Fondamentaux de la gestion temps

- Pour fixer des objectifs clairs et précis
- Maîtriser les principes de la priorisation
- Maîtriser les outils de la planification
- Tips méthodo applications

Ancrer le changement

- Comprendre la mécanique de la décision
- Comment tenir le cap ?
- Comment gérer ses distractions ?

Prenez soin de votre environnement

- Pensez rangements de vos espaces physiques et numériques
- Pensez 5S

Méthodes mobilisées : Pédagogie centrée sur l'apprenant grâce à un nombre de place limitée par session.

Méthode affirmative (structurer, clarifier, illustrer)

Diffusion d'un power point

Remise d'un livret papier au stagiaire

Méthode applicative – les apprenants recensent leur situation en utilisant les outils et modes opératoires abordés dans la formation et tutorés par l'intervenant.

Modalités d'évaluation : QCM à chaque fin de demi-journée.



Public concerné :

Cadres dirigeants, Managers, Directeur ou responsable des ressources humaines, collaborateurs, Indépendants, Freelance, créateur d'entreprise ou de commerce.



Durée : 14h

- 10h de formation présentielle ou distancielle,
- 4h : 3 rdv de suivis (1x2h d'ajustement/ 2x1h de validations des acquis à 1 mois d'intervalles)

Pas de prérequis

Format : présentiel/distanciel

Modalités d'accès : prise de contact via le formulaire du site en vue d'un entretien sous 48h !

- Formation individuelle ou collective
- Personnalisable par entreprise ou secteur d'activité sur demande.
- Possibilité accompagnement sur 6 mois pour consolider les acquis
- Délais d'accès 48h après 1^{er} entretien



Accessibilité handicap

Retrouvez les informations sur notre site www.rcfsolutions.fr page formation



Tarifs formation : sur demande

V.avril2024