

Formation

Gérer son temps et optimiser son organisation personnelle



- Personnes confrontées à une problématique de gestion du temps



- Identifier son rapport au temps
- Analyser ses activités quotidiennes
- Déterminer ses priorités
- Réduire les contraintes pour atteindre ses objectifs
- Savoir hiérarchiser ses besoins et dire "non"

Les + de la formation :

- L'état des lieux pour comprendre le contexte et définir les intérêts
- La Formation-Action pour rechercher des résultats
- La mesure des effets de la formation et le suivi individuel pendant et après la formation

Modalités :

- Sessions Intra-entreprise, Inter-entreprises ou individuelles
- Pré-diagnostic de situations
- Apports méthodologiques et théoriques
- Une intersession de 2 semaines
- Travaux d'intersession et suivi individualisé
- Bilan de formation
- Accessible aux personnes en situation de handicap



2 jours (14 heures)



420 € net de TVA
/ personne

Pour plus d'informations, contactez-nous !



06.10.21.73.50



02.99.51.02.37



pei-conseil@pei-conseil.fr