

REPRENDRE LA MAITRISE DE SON TEMPS **Public concerné :** Tout public **Prérequis :** Aucun

Avec l'hyper-connectivité et l'infobésité, nos rythmes de vie se sont singulièrement accélérés. La question n'est pas vraiment de gérer son temps car en définitive, nous avons tous 24H dans une journée, mais plutôt de SE gérer au mieux dans le temps que l'on se donne !

Objectifs :

- Identifier ses priorités dans son cœur de fonction
- Connaître ses « voleurs de temps » et mieux les gérer
- Mettre en place une organisation personnelle et collective efficace

Méthodes mobilisées :

- Positionnement individuel en début de formation & rebouclage en fin de formation
- Méthode mobilisée : Andragogie, Tests d'auto-positionnement et pairs-coaching

Programme :

- Identifier ses priorités dans son cœur de fonction
 - Quel est mon cœur de fonction
 - Ce qui me fait dériver
 - Quelles sont les priorités que je décide de poser
- Connaître ses voleurs de temps et mieux les gérer
 - Test sur les diabolins du temps
 - Comprendre ce qui est souvent agissant à mon insu
 - Comment mettre de la conscience sur mon fonctionnement et décider de faire autrement
- Mettre en place une organisation adéquate
 - Quelles décisions je prends et comment je m'organise ?
 - Ma boîte à outils
 - Comment je permets à chacun d'être plus efficace collectivement
- Synthèse et plan d'actions pour chacun

Durée : 1 Jour, soit 7H/participant

Nombre de participants :

6 à 12 participants/groupe

Tarif : 1600€ HT/jour

Dates : à définir avec le client

Lieu : à définir avec le client

Taux de satisfaction : Non déployé en 2022

Délai d'accès : 15 jours après conventionnement

Modalités d'évaluation :

Quizz et/ou Jeux en situation

Accessibilité aux personnes handicapées : Oui

Pour plus d'info sur notre site :

www.amneo-potentiels.com/nos-formations-amneo/

Mise à jour le 15/11/2022

Contact : Suzanne Stock – suzanne.stock@gmail.com

06 60 24 37 09 – www.amneo-potentiels.com