

# FORMATION

GESTION DU TEMPS



## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Réaliser un « travail sur soi » pour identifier son rapport au temps
- Identifier et utiliser des outils d'organisation et de communication appropriés
- Débuter un plan d'action correcteur afin de gagner en confort et efficacité de travail

## FORMAT DES COURS

En présentiel ou à distance. Nos classes sont habituellement composées de 8 à 12 élèves pour une meilleure individualisation de l'apprentissage. Le Collège international de Cannes propose aussi des cours individuels pour un apprentissage plus rapide et plus efficace.

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Brainstormings
- Ateliers
- Mises en situation
- Apports méthodologiques

Cette formation est animée par un formateur spécialisé.

## EVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

## INFORMATIONS

### DURÉE DE LA FORMATION

14 heures, réparties sur 2 jours.

### PUBLIC

Toute personne cherchant à mieux gérer son temps et ses priorités dans son univers professionnel.

### PRÉ - REQUIS

- Aucun pré-requis

# FORMATION

GESTION DU TEMPS



## PROGRAMME

Les contenus seront contextualisés en fonction des profils, postes et organisations des participants :

- Identifier ses bonnes pratiques et ses sources d'inefficacité
- Comprendre sa façon personnelle d'appréhender le temps
- Clarifier les priorités de sa mission, ses rôles et responsabilités
- Bâtir sa matrice des priorités en distinguant l'urgent de l'important
- Compléter ses pratiques par la mise en place d'outils adaptés à son contexte professionnel
- Savoir déléguer et demander de l'aide en cas de surcharge de travail
- Savoir dire non : apport de la technique du feedback
- Formalisation du plan d'action personnalisé pour optimiser sa ressource « temps »

## DATE DE RENTRÉE

Pour plus d'informations, merci de nous contacter

## PROCÉDURE D'INSCRIPTION

Pour vous inscrire, merci de bien contacter notre équipe via la page contact de notre site internet, par mail via l'adresse : [info@french-in-cannes.fr](mailto:info@french-in-cannes.fr) ou par téléphone au +33 (0)4 93 47 39 29

## TARIF :

Prix inter-entreprises : 1300 € (en intra entreprise nous consulter pour le tarif)

Prise en charge : OPCO et autofinancement