



Mieux gérer son temps et ses priorités

Avec la méthode Color Progress ®

Avis 4,80/5

Les objectifs opérationnels :

Identifier son rapport au temps et ses conséquences
 Mieux définir ses priorités et analyser ses tâches
 Disposer d'outils simples pour mieux gérer son temps au quotidien
 Définir des modes d'organisation pour ne plus être débordé
 Etre plus efficace en équipe

Moyens et Méthode Pédagogique

L'approche utilisée mobilise la pédagogie des couleurs®. Elle est active et participative : elle alterne phases de découverte par les participants, apports de l'animateur et appropriation par l'entraînement. Un questionnaire vous sera adressé avant votre entrée en formation.

Information handicap : Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous demandons de préciser à l'inscription votre handicap pour vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions.

Programme :

Les différentes dimensions de la gestion du temps

Les voleurs de temps

La gestion du temps, c'est d'abord la gestion de soi

Découvrir son propre mode de gestion du temps
 Relation entre gestion du temps et gestion du stress

Devenir un stratège de sa gestion du temps

Réfléchir avant d'agir : la méthode des 4 tamis
 Mieux identifier et gérer ses priorités

Rester concentré sur la valeur : la loi des 20/80

Gérer son temps par une meilleure organisation

Surfer sur les lois du temps
 L'incontournable « to do list » pour ne plus se disperser
 Le Color Time Balance : savoir équilibrer les temps
 Reprendre le contrôle de sa messagerie électronique

Des outils pour être plus efficace avec ses clients et collègues

Savoir OPTImiser ses consignes
 Savoir refuser de manière constructive : le CREDO
 Gérer les différentes sollicitations : la méthode DEPART

Modalité	En présentiel
Public	Collaborateurs
Pré-requis	Aucun
Durée	2 jours (14 heures)
Horaires	9h00-17H30
Planification	Sur demande
Lieu	A déterminer
Tarifs (par stagiaire inter-entreprises, sur devis pour l'intra-entreprise)	1220 € net La passation du test Color Progress est incluse dans le coût de la formation
Evaluation	Questionnaire d'évaluation QCM de validation des connaissances.
Sanction	Remise attestation de présence
Suivi	Non organisé sur ce dispositif