



UP' TEAM HOMME
AUDIT - CONSEIL - FORMATION



Tél : 02 41 39 51 31
contact@upteamhomme.fr
www.upteamhomme.fr



GÉRER SON TEMPS

Objectifs

- Optimiser son temps pour être plus performant
- Gagner du temps
- Devenir plus disponible

Programme – Contenu - Modalités d'évaluations

- Bilan personnel de sa propre gestion de temps
- Faire l'inventaire des activités sacrifiées
- Repérer ses "bouffe-temps"
- Distinguer l'urgence de l'importance
- Se fixer des objectifs et établir des priorités
- Planifier, organiser, animer, déléguer et contrôler

Méthodes pédagogiques

La formation est constituée d'apports théoriques et pratiques.
Elle donne lieu à des mises en situation.

Public - Prérequis

Aucun prérequis nécessaire

Durée – Dates

2 jours

Nous consulter pour les dates de formation.

2 stagiaires minimum – 10 stagiaires maximum