

# RH, MANAGEMENT, ENTREPRENEURIAT



## **FORMATION INTER-ENTREPRISES\***

2 jours

# Gérer son temps et ses priorités

# à partir de 780 € net de taxe par participant

#### **OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Comprendre sa relation au temps pour effectuer des changements durables en créant de nouveaux rituels
- Prioriser ses activités
- Anticiper et planifier ses activités en se centrant sur l'essentiel
- Planifier ses actions sur le moyen et long terme
- Organiser ses communications pour des relations efficaces et conviviales avec les différents interlocuteurs
- Prendre des temps de recul sur ses résultats et son organisation personnelle

# **PUBLIC VISÉ**

Tout public

## **PRÉ-REQUIS**

Sans niveau spécifique

# **AIDES AU FINANCEMENT\*\***

Cap Emploi Opérateurs de Compétences (OPCO) France Travail Entreprise

\*\* sous conditions

#### **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**

100% Présentiel Mix-Learning

# **MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES**

Mise en situation Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

Processus d'évaluation des acquis tout au long de la formation Evaluation de fin de formation individuelle par le formateur

# **MODALITÉS D'ACCÈS**

**Bulletin d'inscription** 

**ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP** 

Contactez-nous

laho-formation.fr N° Vert 0 805 384 384

<sup>\*</sup> Toutes nos formations sont possibles en INTRA-ENTREPRISE (devis sur demande).

#### **PROGRAMME DE LA FORMATION**

## Découpage par demi-journée :

#### 1. Analyse de l'utilisation du temps

- Analyse individuelle des activités et des interruptions
- Repérage des freins à l'efficacité et des facteurs de gaspillage
- Les notions d'urgence et d'importance

#### 2. Aborder les dysfonctionnements et les freins individuels à l'efficacité

Repérage des dysfonctionnements et de leur origine

- Les « chronophages » majeurs
- Leurs origines (soi les autres)
- Les 7 grands principes de la gestion du temps

Freins individuels à l'efficacité

- Typologie des utilisateurs du temps
- Identification de ses travers en matière d'utilisation du temps
- Les gaspillages de temps

#### 3. Notions d'urgence et d'importance en fonction de la mission des objectifs à atteindre

- Recentrage de mon activité sur ma mission
- Estimation du temps
- Hiérarchisation des activités en fonction des objectifs
- Règles de programmation d'une journée
- Programmation par unité de temps

#### 4. Mobilisation de mes ressources

- Les biorythmes
- Moi l'autre et le service à l'autre
- Les outils d'organisation et de gestion du temps
- Les outils comportementaux
- Les outils relationnels

# **CETTE FORMATION EST PROPOSÉE DANS NOS CENTRES DE:**

**AULNOY-LEZ-VALENCIENNES DUNKERQUE LENS** 

**ROUBAIX** SAINT-OMER





Retrouvez toutes les informations sur laho-formation.fr



Besoin d'être contacté·e pour plus d'informations ou pour un devis ? Appelez notre conseiller pour un premier entretien gratuit et sans engagement.

#### **PROCHAINES SESSIONS**

#### **AULNOY-LEZ-VALENCIENNES**

Session 1:15 et 16 juin 2026

# **DUNKERQUE**

Session 1:1er et 29 octobre 2026

#### **LENS**

Session 1:5 et 6 novembre 2026

#### **ROUBAIX**

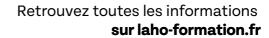
Session 1:29 et 30 juin 2026

## **SAINT-OMER**

Session 1: 4 et 5 juin 2026









Besoin d'être contacté·e pour plus d'informations ou pour un devis ? Appelez notre conseiller pour un premier entretien gratuit et sans engagement.