Laho
TERRE DE FORMATIONS
CCI HAUTS-DE-FRANCE

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

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

MODALITÉS D'ACCÈS

Bulletin d'inscription

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Contactez-nous

** Toutes nos formations sont possibles en INTRA-ENTREPRISE (devis sur demande).*

97%
Taux de satisfaction en 2025

Document généré le 01/11/2026

Retrouvez toutes les informations sur
laho-formation.fr
N° Vert 0 805 384 384

FORMATION INTER-ENTREPRISES *

Gérer son temps et ses priorités

2 jours

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 NOTRE CENTRE DE :

LENS

Session 1 : 5 et 6 novembre 2026

Laho TERRE DE FORMATIONS
CCI HAUTS-DE-FRANCE

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.

N° Vert 0 805 384 384 **formationcontinue@laho-formation.fr**