

ATELIER GÉRER SON TEMPS & SES PRIORITÉS

Chaque seconde compte, l'efficacité professionnelle n'est plus une option mais une nécessité.

Découvrez comment transformer l'or pressé des minutes en heures de productivité maximale.



Maîtrisez votre temps, ne le laissez pas vous maîtriser !

POURQUOI CET ATELIER ?

La gestion du temps et des priorités est un défi quotidien dans le monde professionnel moderne. Cet atelier est conçu pour outiller vos employés avec des techniques éprouvées pour une meilleure gestion du temps, une priorisation efficace des tâches, et par conséquent, une meilleure performance globale.

Au cœur de cet atelier, nous combinons théorie et pratique pour offrir aux participants des outils et techniques adaptés à leurs besoins et réalités professionnelles.

OBJECTIFS DE L'ATELIER

- Effectuer une auto-analyse de sa relation au temps
- Estimer sa charge de travail
- Anticiper et d'organiser son quotidien
- Répartir ses priorités et la valeur des tâches en fonction des objectifs
- Savoir "dire non" et mettre les formes
- Optimiser son temps, développer ses capacités personnelles et gagner en efficacité professionnelle
- Trouver un équilibre satisfaisant entre vie professionnelle et personnelle

Cet atelier d'une durée de 14h00 apporte à vos collaborateurs les connaissances essentielles et fondamentales afin d'optimiser le temps, de mobiliser l'énergie sur les tâches urgentes et selon les priorités, de mettre en place un système d'organisation personnel et efficace.

Tarif : **180€ TTC**/ personne.

LES BÉNÉFICES

1. Efficacité maximisée

Apprenez comment segmenter votre journée de travail, planifier les tâches et éviter les pièges du multitâche.

2. Réduction du stress

Une meilleure organisation entraîne une diminution du sentiment d'être débordé, boostant ainsi le bien-être au travail.

3. Amélioration de la qualité du travail

Explorez comment la focalisation sur une tâche à la fois peut améliorer considérablement la qualité du travail fourni..

Discutons en lors d'un 1er entretien gratuit :



Le coaching professionnel : investissement clé pour une croissance durable.



LAETITIA IGLESIAS

Coach & consultante RH

Ensemble, créons le milieu professionnel dont vos équipes ont besoin pour s'épanouir et prospérer.