

Formation Organisez-vous pour optimiser votre temps

Vous courez après le temps, vous avez l'impression de ne pas pouvoir tout faire ? Vous croulez sous les activités et avez du mal à prendre du temps pour vous ? Vous voulez reprendre le contrôle de votre agenda et vous libérez du temps de qualité ?

Nous vous proposons 2 demi-journées pour apprendre à mieux gérer votre temps et vos priorités, et pour vous concentrer sur votre essentiel.

Public concerné : toute personne impliquée ou souhaitant s'impliquer dans un projet collectif.

Pré-requis : aucun



Objectifs pédagogiques

- Analyser son mode de fonctionnement
- Donner les outils nécessaires à une bonne gestion de son temps
- Initier une démarche d'amélioration de son organisation personnelle



Contenus abordés

- La matrice d'Eisenhower
- Faire face aux voleurs de temps
- La gestion des mails et du téléphone
- Les réunions



Compétences visées

- Savoir différencier l'urgent de l'important
- Savoir se fixer des priorités
- Savoir organiser sa boîte mails pour gagner en efficacité
- Savoir combattre ses voleurs de temps



Modalités

Modalités pédagogiques

Nos formations sont construites de manière à impliquer les stagiaires et les rendre acteurs de leurs apprentissages. Ils ou elles conscientisent et formulent leurs attentes afin de cibler leurs objectifs.

Les temps de formations se basent sur les méthodes de pédagogie active. Tout au long des formations nous expérimentons les outils transposables en lien avec la thématique.

Modalités d'évaluation et de suivi

- Évaluation des acquis à travers les différentes mises en situation
- Auto-évaluation
- Bilan oral et collectif de la formation
- Bilan écrit et individuel

Durée : 1 jour



Qui sommes-nous ?

- **Scicabulle accompagne les démarches collectives**, par le biais de facilitation et de formation, en privilégiant les méthodes d'animation participative et le transfert de compétences, pour permettre à chacun.e de s'exprimer, de participer et de s'approprier des contenus dans les actions collectives.

Nous sommes un organisme de formation certifié Qualiopi, et nos formations peuvent bénéficier d'un financement OPCO ou Pôle Emploi. •



- **Plusieurs personnes de votre structure sont intéressées ? Cette formation peut être réalisée sur mesure en intra, en fonction de vos besoins.** •

[Nous contacter.](#)

