

Optimiser sa Gestion du Temps

Financement

Formation professionnelle continue
Financement individuel avec prise en charge selon statut

Organisme responsable et contact

AB CARRIERES

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Dossier

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

aucune condition

Prérequis pédagogiques :

Aucun prérequis

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Développer son impact par une synergie 3 T : Temps - Tâches - Talents - Créer un "Temps Optimisé" dans l'ensemble de l'équipe. - Augmenter le "confort" des personnes dans le cadre de leur mission d'entreprise. Développer son impact personnel et son efficacité professionnelle - Accroître sa capacité d'analyse des interactions de son environnement. - Sensibiliser les personnes aux stratégies d'excellence

Contenu et modalités d'organisation

1. Prendre conscience de comment le temps nous échappe • Identifier les ennemis de notre efficacité personnelle • Définir et hiérarchiser ses différents niveaux de priorité 2. Apprendre à créer un temps de qualité. • Comprendre les grandes failles de la gestion du temps . • Acquérir les méthodes pratiques d'une bonne gestion du temps et des priorités • Déléguer avec pertinence et efficacité 3. Accéder à ses ressources positives. • Découvrir sa propre approche du temps au travers du modèle des Styles Sociaux • Comment générer de nouveaux comportements

Durées de la formation *14h en cours du jour

Commentaires sur la durée hedmomadaira Pour connaître les dates exactes des prochaines sessions, Rendez vous sur notre site dans la rubrique Agenda. <https://abcARRIERES.fr/evenements/categorie/formations/>

Parcours de formation personnalisable ? Non Type de parcours Non renseigné

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF
00071727	du 26/03/2018 au 27/03/2018	Bordeaux (33)	AB CARRIERES	Entrée en formation à la date de début	Non éligible
00084915	du 25/09/2018 au 08/11/2018	Bordeaux (33)	AB CARRIERES	Entrée en formation à la date de début	Non éligible
00143351	du 01/06/2019 au 20/12/2019	Bordeaux (33)	AB CARRIERES	Entrée en formation à la date de début	Non éligible