

LA GESTION EFFICACE DU TEMPS

PUBLIC CONCERNE :

Artisans, commerçants, chefs d'entreprises, secrétaires débutantes, particuliers, étudiants...

OBJECTIF :

Acquérir des outils et méthodes de gestion du temps afin de mettre en place des comportements nouveaux.

DEMARCHE PEDAGOGIQUE :

Formation personnalisée par :
Un apport théorique.

Des exercices élaborés en fonction des besoins personnalisés des stagiaire.

ANIMATEUR :

Chef d'entreprise

PROGRAMME :

Connaître les différentes manières de structurer son temps
Utiliser ses forces positives
Intégrer le stress
Savoir faire des choix
Maitriser son temps sans subir
Qu'accepter vous de changer ?

DUREE :

2 jours