

# LA GESTION DES PRIORITES ET DU TEMPS



Dans un monde avançant à toute allure de façon permanente il est parfois difficile de gérer nos priorités ainsi que notre temps.

Dans ce module de « gestion des priorités et du temps » nous apprendrons par des outils simples à mettre en place et accessibles au plus grand nombre, à ne pas se laisser couler sur les nombreuses tâches que la vie nous apporte quotidiennement.

## Méthodes mobilisés et modalités d'évaluation

Nous proposons des exercices, des jeux, des mises en situation afin de consolider les acquis théoriques par la pratique. A chaque fin de séquence, une évaluation sera proposée aux apprenants ainsi qu'une remédiation au besoin. En fin de formation, une évaluation sommative sera dispensée.

## Programme détaillé

**Matinée:** Présentation croisée - Focus sur l'écoute active en lien avec la gestion des priorités et du temps - Travail autonome sur la question de la gestion des priorités et du temps - Retour des participants

**Après-Midi:** Retours des participants avec exposition des situations personnelles - Présentation des apports théoriques concernant la gestion des priorités et du temps - Boîte à outil et plan d'action individuel

## Objectifs pédagogiques

Prendre en compte et être à l'écoute de son environnement

Acquérir les clés de la gestion des priorités

Acquérir les clés de la gestion du temps

## Public et prérequis

Cette formation est destinée à toute personne désirant améliorer sa gestion des priorités et du temps. Aucun prérequis n'est attendu.

## Délais d'accès

Nous vous proposerons des dates le plus tôt possible en fonction de nos agendas respectifs.

## Lieu, modalités, durée, tarifs & accès

- Intra ou inter entreprise
- Formation en présentiel (pouvant être adaptée au distanciel)
- Durée de la formation: 7h
- Tarifs: A définir
- Lieu accessible aux PMR

## Formatrice & Contact

**Anne-Lise SAMIZAFY**

Formatrice certifiée FPA

Coach professionnelle

Certifiée DISC Forces Motrices

**[contact@alma-rh.com](mailto:contact@alma-rh.com)**

**06 50 56 98 48**

**<https://alma-rh.com>**