

# TRAVAIL & TALENTS

Formation  
Professionnelle  
Coaching



DURÉE : 1 JOUR (7H) • PRIX : 850,00€ HT • EN PRÉSENTIEL PARIS / RÉGIONS • FORFAIT INTRA : 2000,00€ HT

## Organisation et gestion du temps de travail

Ce stage vous permet de vous approprier les méthodes et outils éprouvés en tenant compte de votre contexte et de votre propre fonctionnement. Vous pourrez prendre du recul par rapport à votre organisation personnelle et trouver un équilibre entre vie professionnelle et vie privée. Une approche pragmatique à partir de vos tâches quotidiennes.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les outils de planning pour anticiper les goulots d'étranglement et réagir dans le calme
- Savoir communiquer sur sa charge de travail pour pouvoir déléguer ou reporter
- Définir des règles d'organisation pour la gestion du temps à court terme et moyen terme

### PUBLIC

- Toute personne en recherche d'amélioration de la répartition de sa charge de travail.

### PRÉREQUIS

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Pédagogie pragmatique par apport théorique, découverte, maïeutique, analogie. Exercices collectifs : les stagiaires seront mis en sous-groupes pour favoriser l'apprentissage et les partages d'expérience. Mise en situation à partir de vos propres tâches avec outils et méthodes de planification. Engagements pris à la fin du stage. **Nos programmes sont sur mesure, adaptés à votre problématique et votre environnement.**

### STRATÉGIE

- 3 étapes pour rendre le stagiaire conscient de son apprentissage :
- Avant la formation, formalisation des attentes et

auto-positionnement

- Pendant la formation, évaluation continue de l'acquisition des compétences

Après la formation, évaluation de la satisfaction de l'apprenant

### DISPOSITIF DE SUIVI ET D'ÉVALUATION

Des évaluations des acquis en cours et en fin de formation.

Elles peuvent être faites de différente manière selon le contenu de la formation suivie : Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeu de rôles, mise en situation, mise en action – plan d'action individuel, soutenance devant un jury pour les formations à finalité certifiante.

Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée après la formation. Cette évaluation est complétée par l'appréciation du formateur à l'issue de chaque session.

Transfert opérationnel des acquis – retour à froid à J+3 mois.

### FACTEURS CLÉS DE SUCCÈS DE LA FORMATION

Des outils simples à partager avec mon entourage professionnel. Des modules d'entraînement pour m'exercer. Alternance entre sessions collectives et approches individuelles. Freins levés, changement des habitudes du quotidien. Pédagogie centrée sur les participants (leurs connaissances, leurs attentes, leurs pratiques...)

# PROGRAMME

## 1. Etre plus efficace au quotidien

- Faire un état des lieux
- Analyser ses tâches en 3 étapes
- Catégoriser en utilisant la même unité de mesure

## 2. Intégrer des méthodes de travail éprouvées

- Distinguer l'important de l'urgent
- Mise en situation à partir de vos propres tâches avec outils et méthode de planification

## 3. Accroître son efficacité grâce à des outils performants

- Identifier les solutions d'organisation quotidiennes, hebdomadaires, mensuelles
- Savoir déléguer

## 4. Se protéger des autres et de soi-même

- Savoir dire NON
- Décider de règles d'organisation

## PROFIL FORMATEUR

Nos formateurs sont tous experts de votre thématique. Ils utilisent des méthodes et outils appropriés aux formations qu'ils dispensent et adaptent leur pédagogie au public accueilli.

## LES CENTRES DE FORMATION

- Salles de formation lumineuses, spacieuses, mobiles et équipées d'écrans pour les outils digitaux.
- Accès au wifi haut débit sur l'ensemble des lieux.
- Cafés, collations et rafraîchissement.

## DÉLAIS D'ACCÈS

Travail et Talents s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative à toute formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans le mois suivant votre demande.

## ACCESSIBILITÉ / HANDICAP

Nos formations sont ouvertes à tous. S'il y a des personnes en situation de handicap, parmi les participants, nous vous invitons à nous contacter, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations d'handicap qui pourraient se présenter. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de vous accueillir, nous nous tournerons vers « Ressources Handicap Formation » développé par l'Agefiph afin de trouver une solution. À noter que toutes nos formations sont faites dans des locaux accessibles aux