

S'ORGANISER DANS LE TEMPS

Objectif de la formation : A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de mettre en place des comportements et un système d'organisation permettant de maîtriser au mieux son temps, de gérer son stress, d'être acteur sur son environnement et ses relations, pour une meilleure efficacité collective.

Programme :

- Analyser et comprendre sa relation au temps : mon métier et le temps, identifier mes diabolins, ma gestion de l'urgence.
- Apprendre à être un stratège du temps : anticiper, hiérarchiser ses priorités, planifier.
- Identifier ses voleurs de temps et mettre en place des solutions pour les "neutraliser", estimer le volume d'imprévus et s'affirmer pour être maître de son temps.

Public :

Toute personne souhaitant revisiter son organisation pour gagner en efficacité et en sérénité.

Nombre de participants : de 5 à 8 participants.

Prérequis : aucun.

Dates et horaires :

Deux journées, de 9h30 à 17h30, soit 14 heures.

Lieu : Angers, Maine-et-Loire (49).

Intervenante :

Après une dizaine d'années d'expérience en tant que juriste et manager RH dans des organisations internationales, Roxane JARRY est devenue coach professionnelle diplômée de l'Université Paris 8 et médiatrice familiale diplômée d'Etat. Spécialiste des conflits, elle intervient depuis 9 ans auprès d'équipes en entreprise et dans le domaine social.

Coût de la formation :

- Inscription individuelle **avec prise en charge** par l'employeur : **1 550 €** (non assujetti à la TVA).

Acompte à verser à l'inscription : 465 €.

- Inscription individuelle **sans prise en charge** : **950 €** (non assujetti à la TVA).

Acompte à verser à l'inscription : 285 €.

Cet acompte sera conservé en cas d'annulation moins de 15 jours avant le début du stage. REVELINK se réserve le droit d'annuler le stage en cas de participation inférieure à 5 personnes, votre acompte dans ce cas, vous sera alors remboursé.

Modalités pédagogiques :

- Mises en situations, jeux de rôles ;
- Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique ;
- Modélisation par l'expérimentation des outils (essais-erreurs-ajustements) ;
- Échanges de feedbacks et bonnes pratiques, pop-corn ;
- Support pédagogique remis aux stagiaires.

Evaluation :

L'évaluation a lieu tout au long de la session, par des mises en situation et des jeux de rôles, suivis de débriefings et feedbacks oraux par les stagiaires et l'intervenante.

Une évaluation orale et écrite de satisfaction de la formation par les stagiaires et l'intervenante a lieu également en fin de formation.

Validation :

Une attestation de formation professionnelle continue sera délivrée en fin de stage.

Inscriptions :

Renvoyer à l'adresse indiquée le bulletin d'inscription, rempli et signé, avec l'acompte, **au plus tard un mois avant le début de la prestation** en cas de prise en charge ; 14 jours sans prise en charge.

Le versement de l'acompte valide l'inscription.

Les inscriptions seront enregistrées dans l'ordre d'arrivée et dans la limite des places disponibles.