

### Public concerné

Toute personne ressentant le besoin de planifier son temps et gérer ses priorités.

### Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

### Modalités d'admission/Inscription

Bulletin d'inscription

### Méthodes et moyens pédagogiques

Alternance de transfert pédagogique et de présentation d'outils.  
Méthode interactive et participative qui fait appel aux expériences professionnelles de chaque participant.

### Equipe pédagogique

Formateur dans les domaines du management, efficacité professionnelle, communication.

### Modalités de suivi et d'évaluation

Mise en situation

### Validation de la formation

Attestation de fin de formation

### Accessibilité Handicap

Bâtiments ERP accessibles et adaptés aux PMR

## OBJECTIFS

Savoir définir les priorités et gérer son temps : les compétences nécessaires pour atteindre les objectifs fixés. Garder le contrôle de son emploi du temps pour améliorer la productivité tout en maintenant la qualité de vie.

### A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Anticiper : court, moyen et long terme
- Fixer des priorités
- Planifier ses tâches
- Utiliser des outils de gestion du temps
- Déléguer

## PROGRAMME

### Gestion du temps et des priorités

- Auto positionnement sur la gestion du temps
- Les bases de la gestion du temps
- Définir ses priorités
- Planifier les activités

### Organisation du travail et outils d'amélioration de gestion du temps

- Définir ses objectifs
- Planifier
- Prendre des décisions
- Organiser dans le temps
- Contrôler
- Expérimenter des outils de gestion du temps

### Relations aux autres et communication

- S'affirmer et oser dire non
- Donner un délai
- Savoir demander
- Déléguer

## MODALITES D'ORGANISATION

**Durée** : 2 jours (14 heures)

**Dates** : 08/04/25 – 15/04/25

**Lieu** : AFPI Savoie - 131 rue de l'Erier 73290 La Motte Servolex

**Tarif** : 630,00 € HT par participant (soit 756,00 € TTC)

[afpcontact@formation-industries-savoie.fr](mailto:afpcontact@formation-industries-savoie.fr)

TEL : 04 79 65 16 20

[www.formation-industries-savoie.fr](http://www.formation-industries-savoie.fr)