

# Gérer son temps comme une ressource rare



## Description du programme

Cette formation est conçue pour permettre aux professionnels de maîtriser la gestion du temps dans un contexte professionnel dynamique. En 14 heures réparties sur 2 jours, les participants découvriront des techniques pour identifier et réduire les pertes de temps, tout en développant des stratégies d'organisation et d'assertivité. Le programme allie théorie et pratique, avec des études de cas et des outils interactifs, pour optimiser l'efficacité quotidienne.

## Objectifs pédagogiques

- Savoir analyser les facteurs de perte de temps
- Maîtriser les techniques de gestion du temps
- S'organiser efficacement et développer son assertivité

## Principaux contenus pédagogiques

- Diagnostiquer et analyser
- Anticiper
- établir des priorités et planifier
- Optimiser sa gestion du temps

## Méthodes et moyens pédagogiques

- Quiz
- QCM
- Mises en situation
- Etudes de cas concrets

**Durée :** 14 heures - 2 jour(s)

**Tarif :** nous consulter

**Formats disponibles :**  
Inter – Intra – Sur mesure

## Public concerné

Tout professionnel souhaitant améliorer de façon durable sa gestion du temps

## Prérequis

Aucun

## Accessibilité :

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. En cas de besoin, nous étudions les mesures compensatoires appropriées.



**REPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : actions de formation et bilans de compétences.

**Nous contacter**

Tel : 06 80 40 23 53

Email : [contact@talented-formation.fr](mailto:contact@talented-formation.fr)