

Formation

EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE

**A L'ISSUE DE CETTE FORMATION, LES PARTICIPANTS
SERONT CAPABLES DE :**

Prendre du recul sur leur organisation personnelle,
Anticiper et planifier leurs activités en se concentrant
sur l'essentiel,
Mettre en place une organisation personnelle
efficace,
Utiliser des outils pertinents de communication et
d'organisation.

Programme

ETABLIR SON AUTODIAGNOSTIC

Comprendre les enjeux de la gestion du temps.
Se connaître et évaluer ses propres difficultés, savoir
les identifier et les exprimer.
(atelier de co-développement)

OPTIMISER SON TEMPS :

Investir sur le temps à venir.
Prendre le temps de gagner du temps.
Lutter contre la procrastination.
Se donner des objectifs.

S'ORGANISER :

Organiser son espace de travail.
Trier, ranger, classer.
Savoir lister, prioriser et planifier les tâches.
Travailler en équipe.
Gérer un débordement.

SE CONCENTRER :

Se mettre "dans sa bulle".
Aller à l'essentiel.
Eviter les interruptions.
Savoir dire non.
Gérer ses mails efficacement.
Etre efficace en réunion.

SE METTRE EN ACTION :

DÉFINIR DES OBJECTIFS DE PROGRÈS ET UN PLAN
D' ACTIONS.

PUBLIC : tous professionnels désireux d'améliorer son efficacité.

PREREQUIS : aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation.

DUREE : 2 x 7 heures, 14 heures.

DELAIS D'ACCES : formation présentielle sous un délai d'un mois en fonction des contraintes.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Les apports théoriques sont alternés avec des exercices pratiques, des jeux et des mises en situation favorisant votre apprentissage. Des supports ainsi qu'un livret de formation vous seront fournis.

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

Une évaluation diagnostique en début de formation permet de préciser vos besoins.

Tout au long de la formation des évaluations formatives ludiques permettent de suivre votre avancée. Une évaluation finale sous forme de quizz validera vos acquis.

Un formulaire d'évaluation de la formation vous sera également proposé.

TARIFS :

875€ HT par jour soit 1750€ HT pour l'animation de la formation (de 1 à 10 personnes maximum).

Sur devis.

HANDICAP :

Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situations de handicap. Afin d'adapter la formation aux contraintes de vos collaborateurs, nous vous demandons de nous préciser l'adaptation nécessaire à l'inscription.

CONTACT :

XAVIER GADENNE 06 60 83 31 68

contact@xaviergadenne.fr

www.xaviergadenne.fr



DATE DE MISE À JOUR : JANVIER 2023