

Objectif de la formation :

Appliquer les principes fondamentaux de la gestion du temps en fonctions des priorités

- Cap' Associer gestion du temps et poste de travail
- Cap' Planifier ses tâches avec méthode grâce à des outils
- Cap' Améliorer son organisation et sa communication

Conditions d'accès

- Cap' Tout public
- Cap' Aucuns prérequis
- Cap' Accessible aux personnes en situation de handicap

Organisation de la formation



Durée

14h
Soit 4 demi-journées



Format

Présentiel
Inter - Intra



Dates

19.20.26.27 Novembre
Les demi-journées sont
positionnées le matin

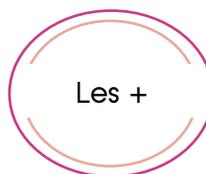


Tarifs

Sur Contact



Participant



Les +

Intervenant diplômé
Formation personnalisable
Ludo pédagogie



07-57-00-88-58



2 rue Claude Berthollet
81100 Castres



contact@capformationstarn.fr

Contenu de la formation :

1^{er} Objectif pédagogique : Associer gestion du temps et poste de travail

- Cap' Définir votre façon de gérer votre temps
- Cap' Connaître les méthodes et astuces de la gestion du temps
- Cap' Identifier les freins à la gestion de votre temps
- Cap' Relier votre poste de travail à votre gestion du temps

2^{ème} Objectif pédagogique : Planifier ses tâches avec méthode grâce à des outils

- Cap' Identifier le temps accordé par tâche
- Cap' Organiser et répartir ses tâches
- Cap' Distinguer l'urgent de l'important
- Cap' Comprendre le fonctionnement de la matrice d'Eisenhower
- Cap' Appliquer le principe de la matrice à son poste de travail

3^{ème} objectif pédagogique : Améliorer son organisation et sa communication

- Cap' Rappeler les principes fondamentaux de la gestion du temps
- Cap' Appliquer les méthodes et astuces d'organisation
- Cap' Comprendre sa façon de communiquer avec autrui
- Cap' Appliquer les bases de la communication interpersonnelle

Moyen pédagogiques et techniques

Pédagogiques

- Cap' Méthodes Pédagogiques actives
- Cap' Technique d'animations proactive
- Cap' Ludo pédagogie
- Cap' Mise en situation réalistes
- Cap' Expertise des formateurs

Techniques

- Cap' Salle équipée
- Cap' Vidéo projecteur
- Cap' Ordinateurs portables avec suite bureautique
- Cap' Plateforme LMS (Classroom)



Validation de la Formation :

Certificat de fin de Formation

Moyen d'encadrement

Nom et Prénom	Fonction	Domaines d'intervention en formation
Jonqua Christophe	Formateur indépendant	Management Organisation Communication Positionnement
Paul Cindy	Responsable pédagogique	Organisation Outils de gestion Planification

Moyens et méthodes d'évaluation

Moyens

- Feuille de présences signées par le stagiaire et le formateur toutes les demi-journées.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Méthodes

- Quizz
- Ateliers
- Tests
- Mise en situation
- Questionnaire de satisfaction de la formation à chaud et à froid.

Responsable pédagogique

Paul Cindy
07-57-00-88-58
contact@capformationstarn.fr