

Gestion du temps

Méthodes et outils pour mieux organiser votre temps et vos priorités.

DURÉE Dès 7h	FORMAT Visio ou présentiel	PARTICIPANTS Dès 1 personne	TARIF 120 € / heure
------------------------	---	---------------------------------------	-------------------------------

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les fondamentaux de la gestion du temps
- Mettre en pratique la gestion du temps dans un contexte professionnel
- Gagner en autonomie sur les principaux cas d'usage
- Savoir évaluer ses progrès et ses points d'amélioration
- Préparer la certification associée le cas échéant

Programme détaillé

MODULE 1	Identifier ses pratiques actuelles en gestion du temps et ses axes de progression
MODULE 2	Acquérir les méthodes clés : posture, écoute, feedback, priorisation et prise de décision
MODULE 3	S'entraîner avec des mises en situation issues du contexte professionnel
MODULE 4	Développer une communication claire, structurée et adaptée aux interlocuteurs
MODULE 5	Construire des outils simples pour appliquer les acquis dans son équipe ou ses projets
MODULE 6	Plan d'action individuel et bilan des compétences développées

Public, prérequis et modalités

Public & prérequis

Ouverte à tous, du débutant au confirmé.
Aucun prérequis technique. Dès 1 personne, jusqu'à 12 participants.

Modalités

Distanciel en visioconférence (e-learning offert) ou présentiel dans vos locaux. Horaires adaptés à votre organisation.

Évaluation

Évaluation continue par le formateur, exercices pratiques et attestation de fin de formation remise à l'issue du parcours.

Accessibilité

Formation adaptable aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour étudier ensemble les aménagements.

Tarif et financement

120 € de l'heure, net de taxes

Le tarif est calculé selon le nombre d'heures retenu et le format choisi. Devis personnalisé gratuit sous 48h.

Prise en charge

Professionnels : OPCO (plan de développement des compétences) ou FNE-Formation.
Demandeurs d'emploi : dispositifs France Travail (AIF, POEI). EZRA constitue le dossier complet à votre place — démarrage généralement sous 2 à 4 semaines.

Votre formateur

Formation animée du début à la fin par un formateur EZRA, professionnel en activité. Il adapte les exercices à vos outils et à vos fichiers, et vous suit jusqu'à l'attestation.