

PROGRAMME DE L'OFFRE DE FORMATION

Mieux gérer son temps et ses priorités

DURÉE ESTIMÉE

7h00

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- **Identifier et prioriser ses tâches à forte valeur ajoutée et mieux comprendre son comportement face au temps**

PRÉ-REQUIS

- Avoir réalisé le module e-learning en amont

CONTENUS PÉDAGOGIQUES

- **1. Analyser les pratiques actuelles et recueillir les attentes des participants :**
 - o Echange sur les difficultés rencontrées et les attentes vis-à-vis de la formation
 - o Formaliser ce que nous avons à gagner par le temps gagné
 - o Finaliser des objectifs concrets
- **2. Autodiagnostic de la gestion de son temps :**
 - o Evaluation de la répartition de son temps par activité
 - o Comprendre son propre fonctionnement face au temps
- **3. Identifier les scénarios de succès et d'échec :**
 - o Repérer les voleurs de temps
 - o Identifier les comportements porteurs d'efficience
- **4. Mettre le temps au service de ses priorités :**



02 23 36 00 06



contact@inovaction-formation.com



233 rue de Chateaugiron
35000 RENNES

- o Clarifier ses valeurs et ses différents niveaux de priorités
- o Mettre en cohérence ses différents niveaux de priorités
- o Traduire ses priorités en actions
- o Hiérarchiser ses activités : urgence et importance
- **5. Les outils de son organisation personnelle :**
 - o Concilier planification et flexibilité
 - o Utiliser des outils d'organisation personnelle
- **6. Concilier disponibilité à soi et à son entourage professionnel :**
 - o Gérer efficacement les sollicitations
 - o Réagir à la demande de travail supplémentaire
 - o S'affirmer sereinement dans le « non »
- **7. Construire son plan d'action :**
 - o Finaliser son plan d'action personnalisé

COMPÉTENCES

Pour sélectionner ses intervenants, Inovaction s'appuie sur 2 critères : - l'expertise liée au domaine de compétences - l'expertise liée à la pédagogie

MOYENS D'ENCADREMENT

Cette formation est disponible en e-learning, à distance ou en présentiel selon la demande du client.

MÉTHODES MOBILISÉES

Alternance de méthodes expositives (diaporama, séquence vidéo, e-learning...), démonstratives (mise en pratique, analyse de pratique, étude de cas, jeu de rôles...) et interrogatives (questionnement, test et autoévaluation, brainstorming, travaux de groupe...) avec des évaluations formatives. Un support de formation est transmis aux participants par mail ou via Zoom en fin de formation. Les séquences d'E-learning sont réalisées via l'outil "Inovaction-Learning" et les séquences en classe virtuelle via "zoom". Les participants doivent disposer d'un équipement informatique complet (écran, caméra, son et internet) et de s'isoler pour suivre la formation dans les meilleures dispositions.



02 23 36 00 06



contact@inovaction-formation.com



233 rue de Chateaugiron
35000 RENNES

MODALITÉS D'ACCÈS

En fonction des besoins du client

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Pour chaque formation, les participants ont un questionnaire de positionnement et un questionnaire d'évaluation des acquis. La remise d'un cahier de formation permet une évaluation à froid. Au cours de la formation, ils ont des évaluations formatives sous différentes formes : - Questionnement - Auto-évaluation - Évaluations intermédiaires - Mises en situations

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Merci de contacter les référents handicap, afin d'étudier les éventuels aménagements à mettre en œuvre pour le bon déroulement de votre formation.

DEBOUCHÉS

Certificat de réalisation

Après une analyse approfondie, nous serons en mesure de vous proposer un contenu de formation plus adapté à votre besoin



02 23 36 00 06



contact@inovaction-formation.com



233 rue de Chateaugiron
35000 RENNES