

Gestion du Temps

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.



Pourquoi ?

La gestion du temps ne consiste pas seulement à contrôler l'horloge ; il s'agit d'aligner les actions sur les objectifs ; il s'agit d'orchestrer la productivité dans le chaos.

Dans un monde où les exigences se multiplient, la maîtrise du temps devient la clé de voûte de l'efficacité personnelle et professionnelle.

Notre parcours de formation immersif Gestion du temps est conçu pour équiper les individus avec les outils et l'état d'esprit nécessaires pour appréhender les complexités du temps dans le contexte dynamique actuel.

Tout au long de ce parcours de formation, vos collaborateurs découvrent les relations complexes entre la finalité, les objectifs et la gestion de l'énergie, ainsi que l'art d'aligner les actions sur les priorités, de réduire le stress et de favoriser un sentiment de contrôle dans un contexte de sollicitations concurrentes.

Ancré dans des stratégies qui transcendent la gestion habituelle du temps, ce parcours dévoile les secrets de l'optimisation de la productivité, en partageant des idées sur la hiérarchisation des priorités, en identifiant les sources d'une mauvaise gestion du temps et en utilisant les habitudes organisationnelles afin de récupérer du temps pour des tâches importantes.

Permettez à vos collaborateurs d'aligner leurs objectifs personnels sur une gestion efficace de leur temps, afin d'accroître leur efficacité dans les sphères personnelles et professionnelles.

Pour qui ?

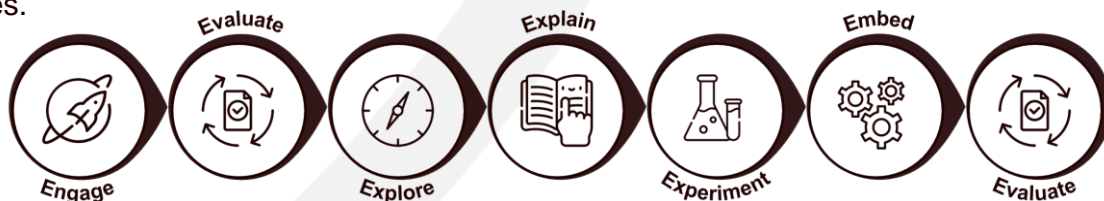
Tous les membres de l'organisation.

Bon à savoir :

Un **employé moyen** consacre **51 %** de sa journée de travail à des tâches de faible valeur ou **sans valeur ajoutée.**

Learning Framework de Cegos

Tous nos parcours de formation sont conçus suivant un modèle pédagogique holistique et dynamique qui permet d'aboutir à un apprentissage allant au-delà de la simple prise de conscience des compétences et des aptitudes.



Chaque parcours engage les apprenants au-delà des savoirs, permettant un apprentissage progressif, pour explorer, expérimenter et ancrer leur apprentissage, afin de transformer les compétences en performance.

À l'issue de ce parcours de formation, vos collaborateurs seront capables de :

- Aligner les priorités : clarifier les objectifs personnels, organiser les priorités et aligner les actions pour atteindre les objectifs, ce qui permet d'accroître l'efficacité et de réduire le niveau de stress.
- Maîtriser le temps et l'énergie : explorer les causes d'une mauvaise gestion du temps, optimiser les techniques de planification quotidienne et utiliser des stratégies de gestion de l'énergie pour une performance maximale.
- Améliorer l'efficacité : découvrir les trucs et astuces de la messagerie pour rationaliser la communication, améliorer les habitudes organisationnelles et gérer efficacement les tâches pour une productivité accrue.
- Comprendre le rapport urgence vs importance : développer une compréhension fine de la distinction entre les tâches urgentes et les tâches importantes, afin d'améliorer la prise de décision et la hiérarchisation des tâches.

#MAKINGADIFFERENCE

Un modèle éprouvé :



Digital learning :

- [The 12 guidelines of effective time management](#)
- [Managing your time strategically](#)
- [Curing work overload](#)

Modalités :



Parcours blended learning accessible dans notre [LearningHub](#).



L'animation des workshops peut se faire **en présentiel et/ou en virtuel**, selon vos besoins et ceux de vos collaborateurs.

Durée totale : 14h d'apprentissage



6 heures de formation synchrone.



8 heures de self-learning et de mise en pratique.

REF: TMN

www.cegos.ch | info@cegos.ch

« Gérez votre énergie, pas votre temps. »

#TIL
Today I Learned