

## ●●● Présentation

### Objectifs

- Apprendre à organiser son temps et à l'optimiser.
- Gagner en efficacité et agilité.

## ●●● Programme

### Jour 1

- Les pièges du temps et l'épidémie de la « recherche du temps perdu »
- Les étapes pour un « temps plus intelligent ».

### Jour 2

- La conduite du changement de ses habitudes - une approche systémique.
- Organisation à court/long terme.
- Plans d'actions - Points clés.

**Méthode d'animation** : Contextualisation et sur-mesure.

### Publics concernés :

- Tout milieu professionnel.
- Tout public.



Intra

Inter

Sur mesure



**2 jours (14 heures)**

En présentiel

En distanciel

