



**Chambre de Métiers
et de l'Artisanat**

Nord Seine et Marne

Chambre de Métiers et de l'Artisanat Nord Seine et Marne
Service Formation

N° de déclaration d'existence : 1177P002877

Organiser la gestion de son temps

Réf. : **CDP 33**

Durée : 14 heures / 2 jours

Dates : voir le calendrier

Prix :

Artisans et Conjoints NS

Euros : 70,-

Salariés

Euros : 480,-

Autres cas, nous consulter

- Objectifs :
- Apprendre à mieux organiser son temps en fonction de ses valeurs, de son rôle et de ses priorités
 - Anticiper et planifier ses activités de manière réaliste
 - Identifier sa personnalité et en tenir compte pour effectuer des changements durables

Public : Chefs d'entreprises, conjoints ou salariés désireux de mieux gérer leur temps

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Apports méthodologiques
- Etudes de cas

Programme :

- **Auto-diagnostic : « Ma gestion du temps »**
 - Mes activités « chronophages »
 - Mon organisation du travail
 - Mon cycle d'efficacité
 - Ma perception du temps
- **Plan d'action :**
 - Les 5 fondamentaux : connaître son rôle, ses objectifs, ses tâches, planifier et déléguer
 - Déterminer ses objectifs (professionnels et personnels)
 - Différence entre tâches actives et réactives
 - Définir ses priorités selon l'importance et l'urgence
 - Apprendre à planifier : quoi et pourquoi ?
 - Savoir déléguer : quels sont les freins à la délégation et ses avantages et inconvénients
 - Changer ses méthodes de travail
- **Actions et outils**
 - Planifier, organiser et ré-organiser
 - Prendre rendez-vous avec soi
 - Optimiser ses outils de travail
 - Agencer son plan de travail
 - Développer de nouveaux outils
 - S'approprier la méthode PERT (Program Evaluation and Review Technique)
 - Elaborer son plan d'action

MàJ : juin-08

Lieu de déroulement de la formation :

Service **FORMATION CONTINUE** de la CMA Nord Seine et Marne
2^{ème} Etage du CFA – 51 Av. Sablons Bouillants - ZI Sud 77100 MEAUX
e-mail : formation@cm-meaux.fr Télécopie : 01.60.09.90.93

Vos contacts : Caroll CHWASTYK
Christèle WAYMEL
Sabine MATHIEU

Tél : 01.60.09.90.90
Tél : 01.60.09.90.91
Tél : 01.60.09.90.92