



Faire la paix avec le temps

dimanche 10 décembre 2017, par [marjToussaint](#)

Attention, la formation est annulée !

Listes de tâches sans fin, agenda overbooké, stress, course folle, etc. : la gestion de notre temps est au cœur de notre fonctionnement à la fois professionnel et personnel.

Cette formation vous permettra de découvrir les clés pour trouver un mode d'organisation adapté à la fois à vos défis et à votre mode d'emploi.

Bien au delà des « yaka » et autres « recettes » théoriques, vous comprendrez comment transformer durablement votre relation au temps !

Contenus

Nous aborderons évidemment dans cette formation la série des « trucs et astuces » et « règles d'or » de la Gestion du temps.

Mais nous étudierons surtout la relation personnelle de chacun vis-à-vis du temps et leur fonctionnement afin de trouver la méthode qui leur convient :

- qu'est ce que le participant aimerait changer/améliorer ?
- quelles sont ses contraintes et ses marges de manœuvres ?
- pourquoi ce qu'il a essayé jusqu'à présent n'a pas fonctionné ?

Objectifs

- mieux comprendre son propre rapport au temps, ses atouts et ses écueils ;
- apprendre les bonnes pratiques de la gestion du temps :
- savoir identifier et gérer les priorités
- découvrir et dompter les « voleurs de temps »
- améliorer son système de liste de tâche, agenda, etc.

Formatrice

Anne-Françoise Gailly est Eveilleuse de Possibles. Après une vingtaine d'année dans des fonctions de management et de ressources humaines (secteurs privé, public et associatif) elle combine depuis 2007 les métiers de coach, formatrice, consultante et thérapeute. Elle accompagne des équipes et des individus qui souhaitent déployer leur plein potentiel en toute légèreté. www.eveilleuse.com

Infos pratiques

Quand ? Attention, la formation est annulée !

Prix ? 140€* (documents pédagogiques, lunch du midi et pause-café inclus)

Où ? à CFS asbl rue de la Victoire 26, 1060 Bruxelles

Pour s'inscrire ? Compléter le formulaire d'inscription [en ligne](#) (CODE : temps2018)

*Le montant de la formation ne peut pas être un obstacle... contactez-nous !