



## Objectifs

- Réaliser un état des lieux de sa propre organisation et l'impact sur son travail,
- Analyser et établir un diagnostic,
- Découvrir les outils de gestion du temps,
- S'organiser avec des méthodes souples (organisation des tâches et comportements à adopter),
- Établir son contrat d'action avec ses pistes d'amélioration.



## Public et prérequis

- Tout public,
- Aucun prérequis,
- Groupe entre 5 et 12 personnes.



## Spécificités

- Formation en intra ou en inter,
- Formation pratico-pratique, utilisation possible des agendas des participants,
- Pour une plus grande efficacité, chaque participant reçoit en amont un questionnaire pour clarifier ses besoins et ses attentes,
- Remise d'un livret stagiaire en fin de formation,
- Hotline à disposition de chaque participant pendant 3 mois,
- Possibilité d'un jour retex à 2 mois.



## Programme

### Évaluation initiale

#### Donner du temps pour en avoir

- Compréhension de la notion de temps : le temps, question de sens et de contexte, une notion subjective,
- Analyse de sa gestion de temps : mesure et auto-évaluation, identification de ses difficultés,
- Éléments d'une bonne organisation : l'efficacité visée selon 3 plans, les pièges à éviter.

## S'organiser au quotidien

- Le principe d'action et d'anticipation : clarifier ce qui est important, distinction entre but et objectif, loi de Pareto, matrice d'Eisenhower, anticipation et planification,
- Les bénéfices de la relation à l'autre : Développer une intelligence collective, partager les priorités, protéger son temps, faire faire.

## Mises en situation

### Évaluation des acquis à chaud



## Méthodes pédagogiques

- Méthode participative et de découverte/renforcement : partir des connaissances des participants, faire en sorte qu'ils découvrent eux-mêmes la suite et faciliter la mémorisation par un ancrage des connaissances par le consultant,
- Échanges et réflexions sur les différents thèmes abordés, formalisation sur paperboard,
- Jeux de rôles, exercices pratico-pratiques, en sous-groupe et retour en grand groupe,
- Apports théoriques ponctuels du formateur (20% de théorie, 80% de pratiques).



## Dates et durée

- Les dates restent à définir avec vous,
- 2 jours (14 heures), en présentiel (ou distanciel, sur demande) et en collectif,
- Délais d'accès : environ 3 semaines, dès le minimum de participants atteint.



## Modalités d'organisation

- Lieux possibles : les locaux de JP2A GENESE (accès aux PMR), l'entreprise, une salle de séminaire
- Tarifs : nous contacter
- Situation de handicap : nous contacter
- Contact : Christine DUCHEMIN  
02.32.72.77.77 – c.duchemin@jp2a.fr