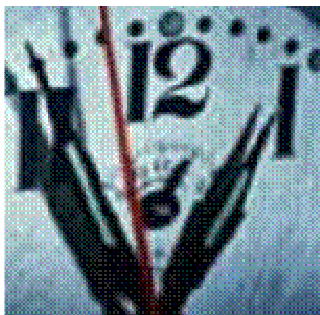




Comment gérer son temps



« Le temps est comme le vent : bien exploité, il nous pousse vers nos objectifs »

Lothar Seiwert

- Définir ses objectifs et ses priorités
- Fixer les délais réalistes
- Maîtriser et organiser son planning
- Trouver sa propre façon de réussir son organisation
- Savoir déjouer les pièges « gloutons » du temps
- Prendre du temps pour soi

Considérer la maîtrise du temps comme une succession de projets à accomplir vous tente ?

Venez découvrir les outils pratiques pour de vous gérer vous-même dans le temps

Vous apprendrez à les utiliser directement afin d'optimiser vos performances et de concilier les exigences professionnelles et le « mieux-être » personnel!

Ce stage sera animé par **Svetlana RAFALSKA**, coach professionnelle et formatrice.

Horaire : de 9.30 h à 17h