

## Avoir une bonne gestion de son temps

### Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

### Organisme responsable et contact

FORMAPACK  
SPANNEUT  
05.32.58.32.12  
contact@formapack.info

### Accès à la formation

#### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(vé) non salarié(e)

#### Sélection :

Dossier  
Entretien

#### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

#### Conditions d'accès :

NA

#### Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

Contrat de  
professionnalisation  
possible ?

Non

### Objectif de la formation

Développer des compétences et des techniques pratiques pour gérer son temps de manière efficace - Accroître sa productivité - Améliorer sa qualité de vie.

### Contenu et modalités d'organisation

L'importance de la gestion du temps - Identifier les voleurs de temps - Les avantages d'une gestion efficace du temps - Planification du programme de formation - Établir des objectifs clairs - Planification et priorisation des tâches - Gestion des interruptions et de la procrastination - Créer un plan d'action pour une gestion efficace du temps -

#### Durées de la formation

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Non renseigné**

### Validation(s) Visée(s)

> **Attestation de fin de formation**

### Et après ?

#### Suite de parcours

**Non renseigné**

### Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00430157	du 01/01/2024 au 31/12/2024	(64)	FORMAPACK		Non éligible	FPC