

Maîtriser son temps et booster l'efficacité en entreprise

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

GRAINS'UP
Virginie Chalumeau
09.50.77.03.24
formations@grains-up.com

Accès à la formation

Publics visés :

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

Sélection :

Entretien

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Non renseigné

Prérequis pédagogiques :

Avoir renseigné le questionnaire de positionnement

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

-Déterminer les priorités et faire face aux imprévus -Respecter un délai -Etre capable de s'organiser et d'optimiser sa gestion du temps - Développer des outils adaptés et efficaces dans une utilisation au quotidien

Contenu et modalités d'organisation

Comment structurer efficacement le temps en entreprise ? -Comprendre la notion de temps et son impact sur la productivité -Repérer les sources de distractions et d'inefficacité -Utiliser des techniques pour hiérarchiser les tâches -Fixer des objectifs précis pour structurer son emploi du temps Comment maximiser l'efficacité du temps en entreprise ? -Élaborer un planning réaliste qui tient compte des imprévus - Apprendre à réagir de manière proactive face aux urgences et changements -Optimiser ses performances sous contrainte de temps -Adapter son organisation et ses outils en fonction de contextes spécifiques

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Individualisé**

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
00552880	du 01/01/2025 au 31/12/2025	Limoges (87)	GRAINS'UP		Non éligible	FPC