

Programme du séminaire pratique

Gestion organisationnelle du temps et des priorités

Hôtel Alpha-Palmiers, Lausanne

Horaires	Thème
08.30-09.00	Accueil
09.00-10.15	<ul style="list-style-type: none">• Identifier mes symptômes vis-à-vis de la gestion du temps
10.15-10.30	Pause
10.30-12.00	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre et savoir utiliser les leviers techniques, la méthode de gestion du temps et des priorités• Connaître les leviers relationnels pour gérer son temps avec efficacité
12.00	Repas
13.00-14.30	<ul style="list-style-type: none">• Cas pratique: Mettre en place un outil personnel de gestion des tâches pour se libérer du stress négatif
14.30-14.45	Pause
14.45-16.30	<ul style="list-style-type: none">• Prendre les bonnes décisions, les « tueurs de temps » et leurs solutions
16.30	Fin du séminaire