



EFFICACITÉ
PROFESSIONNELLE

10 grugeurs de temps et leurs antidotes



DESCRIPTION

Les pertes de temps et les mauvaises habitudes entravent notre rendement quotidien. Elles viennent gruger nos secondes, nos minutes, nos journées, sans qu'on ne s'en rende compte.

Cet atelier présente les sources de pertes de temps les plus fréquentes au travail et permet d'identifier nos principaux facteurs de gaspillage du temps. Aussi, il nous aide à choisir les pistes d'amélioration et les moyens pour développer un plan d'action spécifique et personnalisé.

OBJECTIFS

PERMETTRE AU PARTICIPANT DE :

- Identifier les grugeurs de temps ;
- Prendre conscience des comportements actuels ;
- Identifier les pistes d'amélioration ;
- Adopter des pratiques proactives.

CONTENU

REPRENDRE LE CONTROLE DE NOTRE TEMPS

- S'enroprier et l'investir judicieusement
- La démarche

LES GRUGEURS DE TEMPS

- Identifier les pertes de temps et les mauvaises habitudes
- Rechercher et comprendre les causes des pertes de temps

LES ANTIDOTES

- Explorer les pistes d'amélioration

PLAN D'ACTION PERSONNEL

- Réduire/éliminer les pertes de temps au travail
- Adopter les solutions

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX



FORMAT

- Intra-entreprise



DURÉE

La formation se déroule en une demi-journée (3 heures).

(Le contenu et la durée de cette session peuvent être adaptés pour la formation sur mesure en entreprise.)



PUBLIC CIBLE

Cette formation s'adresse à tous ceux qui souhaitent améliorer leur productivité en réduisant ou en éliminant leurs pertes de temps.



APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Modèle d'apprentissage en classe dirigé par un formateur, au rythme du groupe, avec activités pratiques structurées. Les cas et expériences des participants servent de support aux travaux de mise en application des acquis de la formation.

Approche très personnalisée et hautement interactive, les groupes sont limités à 15 participants.



LANGUE

Disponible en :

- Français
- Anglais



CERTIFICATION

Attestation de formation

Emploi
Québec



Tél. : 514-365-8397



Fax. : 514-365-8940



info@solutionsandco.com



www.solutionsandco.com