

Gestion du temps et des priorités



Objectif général

Améliorer ses habitudes de travail afin de maximiser son temps et d'accroître son efficacité. Être en mesure de reconnaître les causes des problèmes de gestion du temps et de mettre en œuvre des solutions.

Aligné sur les dernières découvertes en matière neurologique et sur les pratiques éprouvées de travail d'équipe, cette formation permet aux gens déjà sensibilisés aux outils de bases en gestion du temps de peaufiner leurs façons de faire

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Démystifier les mythes et réalités en matière de gestion du temps
- S'actualiser relativement aux recherches portant sur le fonctionnement de notre cerveau et sur notre efficacité
- Revisiter sa gestion du temps en fonction de la matrice Important - Urgent
- Lier ses habitudes de travail et aux meilleures pratiques de travail d'équipe

CONTENU (0.5 JOUR)

Mythes et réalité

Démystifier les croyances populaires des (vrais) comportements porteurs d'efficacité

Neuroscience

Ce que la neuroscience nous apprend de sur la gestion du temps et des priorités

Urgent / Important

Prendre conscience de nos habitudes de travail et de la façon dont nous utilisons notre temps

Gestion du temps et des priorités en contexte de travail d'équipe

Outiller son équipe pour maximiser son efficacité collective (et individuelle)

Trucs et astuces

- La règle des 3 priorités
- La gestion des pauses
- Des outils sur Outlook
- La gestion des réunions
- La délégation efficace



Annie.Boilard@Reseau-Annie.ca



www.Reseau-Annie.ca



514-795-9516

ANIMATRICE

Annie œuvre en développement des compétences depuis plus de 15 ans. Au-delà d'être formatrice et facilitatrice, elle est également une gestionnaire d'entreprise et d'équipe expérimentée.



Au quotidien, Annie travaille avec des équipes d'exécutifs dans le cadre de planifications stratégiques ou d'accompagnements personnalisés. Elle œuvre également à titre de facilitatrice avec des leaders, des professionnels et des employés dans le cadre du développement de leurs compétences comportementales.

Annie intervient fréquemment comme conférencière, panéliste, experte, auteur et blogueuse. En 2017-18 seulement, elle a publié 3 articles et fait une quarantaine de prises de parole publiques notamment pour Les Affaires, pour l'Ordre des CRHA, pour l'Ordre des ingénieurs, pour la Société canadienne des directeurs d'association, pour le Réseau des professionnels de la formation et pour les organisateurs d'événements corporatifs.

Annie a été primée **HR Professional of the Year 2017** par HR Reporteur (prix canadien remporté à Toronto) et Meilleur talent 2016 lors du concours du même nom à Montréal.



Annie.Boilard@Reseau-Annie.ca



www.Reseau-Annie.ca



514-795-9516