



# Gestion du temps

Entrepreneuriat - Management | Soins - Bien-être

Continue

**Durée**

7h

**Tranche d'âge**

18 à 25 ans

25 ans et +

**Finalité**

Attestation

**Pratique en entreprise / Alternance**

Non

**Métier en pénurie / Fonction critique**

Non

## Description

Face aux défis du quotidien, le chemin vers le multitasking devient inéluctable. Toujours plus de tâches pour moins de personnes, combiner vie professionnelle et privée à ne pas s'oublier. Gérer son temps est une priorité !

## Public

Cette formation est accessible à tous les professionnels.



## Objectifs

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Améliorer et équilibrer sa gestion du temps
- Retrouver la maîtrise de son temps
- Être efficace dans son travail / vie
- Maîtriser des outils et des techniques de gestion de son temps

---

## Programme

- Mieux se connaître pour mieux gérer son temps
- Analyser sa gestion des tâches et établir un diagnostic
- Les 9 lois du temps
- Découvrir les outils pour gérer son temps/améliorer son organisation
- Après auto-diagnostic : Mes commandements pour mieux gérer mon temps





## Les Isnes - G2

Rue Saucin, 70 5032 Gembloux (Les Isnes)

081 72 84 05

**Secrétariat :**

Du lundi au jeudi : de 8h à 17h

Le vendredi : de 8h à 16h

/

[centre.gembloux@ifapme.be](mailto:centre.gembloux@ifapme.be)

### Type d'inscription

Formulaire d'inscription

Bon à savoir

Plus d'informations sur : [www.formatpme.be](http://formatpme.be) (<http://formatpme.be/>)

Pour toute demande de renseignements, nous vous invitons à contacter le secrétariat du Centre IFAPME de Gembloux par téléphone au 081/728 405

