

Gestion du temps

Atelier le mardi 14 mars 2023 à La Coursive - Dijon

Au-delà de classer ses tâches en fonction des priorités, apprendre à organiser sa charge de travail et la réguler en fonction des priorités, des imprévus, des impératifs et de ce qui fait sens / plaisir au travail... Comment mieux gérer son temps de travail, gagner en efficacité et ne pas se laisser déborder.

Objectifs pédagogiques

- Comprendre son fonctionnement en situation de travail : ce qui fait sens, ce qui procure du plaisir et quels sont les mécanismes de régulation
- Questionner son activité de travail et la situer dans son organisation collective
- Organiser sa charge de travail en fonction des priorités, des imprévus, des impératifs et de ce qui fait sens / plaisir au travail

Publics

Tout public

Pré-requis

Pas de pré-requis

Matériel

Pas de matériel obligatoire mais les participants peuvent venir avec leur ordinateur.

Date, durée et lieu de l'atelier

L'atelier se déroulera le mardi 14 mars 2023 à la Coursive à Dijon de 9h30 à 17h30 (soit 7h)

Formatrice

Sylvie De Jesus

Après une recherche action sur l'intercoopération et plus de 16 ans au sein du réseau de l'Anact, elle s'est lancée dans l'aventure de l'entrepreneuriat il y a 3 ans, en créant Univers

CO, à la fois espace de coworking et activité de conseil aux entreprises sur le champ de la qualité de vie au travail et la coopération.

Ses domaines d'intervention sont :

- Prévention des risques professionnels et santé au travail : RPS / stress ; TMS ; usure professionnelle
- Organisation et accompagnement du changement : responsabilité sociale de l'entreprise ; innovation sociale ; anticipation des impacts du changement sur le travail, son organisation et ses conditions
- GRH & management : attractivité et fidélisation ; reconnaissance ; management coopératif
- Relations sociales : dialogue social ; climat social ; médiation collective

Évaluation

Une attestation de suivi est remise à chaque participant à l'issue de l'atelier. Elle précise les dates de réalisation, le volume horaire et les compétences visées.

Tarifs

100 € TTC tarif plein

50 € TTC tarif réduit

Contact

Bénédicte Pierret

benedicte.pierret@la-cursive.fr

La Cursive Boutaric
33 place Galilée, 21000 Dijon
03 73 13 10 21