

CURSUS MANAGEMENT : BIEN GÉRER MON TEMPS AU SEIN DE MA STRUCTURE

LES DÉTAILS DE LA FORMATION

OBJECTIFS

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

- distinguer les différents niveaux d'importance des tâches ;
- classer ses différentes activités ;
- expérimenter plusieurs outils pour trouver mon outil adapté

CONTENU

Au cours de cette journée les points suivants seront abordés :

- prise de conscience de notre inefficacité en mode multitâches ;
- explication du concept de la charge mentale et des ses conséquences ;
- présentation et expérimentation d'outils pratiques de gestion du temps ;
- comment planifier et quels en sont les avantages ;
- partage d'astuces entre pairs.

MODALITES TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES

- questionnaire de positionnement et tour de table d'inclusion ;
- méthode pédagogique active et participative ;
- évaluation (validation des objectifs) : exercices pratiques ;
- documents remis : aides mémoires, documents.

SUIVI ET EVALUATION

- émargement par les stagiaires et intervenants ;
- positionnement en début et fin de formation ;
- questionnaire de satisfaction en ligne ;
- délivrance d'une attestation de fin de formation.

CONTACT FÉDÉRATION :

Pôle Formation : formation@famillesrurales85.org
02 51 44 37 92



tout public



de 6 à 12 personnes



aucun prérequis



1 jour de 7h,
soit 9h00 à 17h00



Régis LE DIOURIS, formateur
indépendant dirigeant Esprit
Kintsugi



Fédération Familles Rurales de
Vendée (ou décentralisation en
fonction des inscriptions)



jeudi 19 juin 2025



réseau : 450€ net de TVA
hors réseau : 522 € net de TVA

Inscription possible jusqu'à 15 jours avant la 1ère date de formation.