Améliorer son organisation au travail

Public cible
Tout public souhaitant améliorer son organisation

Objectifs
-Prendre conscience de son fonctionnement au travail et de ses freins personnels à l'amélioration de son efficacité, -Découvrir les méthodes, les outils pour gérer son organisation au travail, -Définir son plan d'action pour mettre en place une organisation optimale

Enjeux
Dans un contexte professionnel où les sollicitations sont multiples et fréquentes, les missions nombreuses et variées, il est fréquent de se sentir submergé par la quantité de travail, de rencontrer des difficultés à respecter les échéances. La formation « Améliorer son organisation au travail » vous permettra d'appréhender les différentes méthodes de gestion organisationnelles, d'appréhender votre fonctionnement et d'améliorer votre connaissance de soi pour optimiser votre organisation.

Pré-requis
Aucun pré-requis nécessaire

Contenu
La méthodologie organisationnelle : connaissance et applications
Les différentes méthodes d'organisation, de gestion de projet
Les outils numériques (ou pas) facilitateurs
Les tips
La connaissance de soi : apports et prise de conscience
Le rythme journalier, l'équilibre général
Les freins : les peurs, les croyances
La gestion du stress
Les imprévus, les urgences
La motivation, la procrastination
Les appétences

Modalité d'enseignement
présentiel

Infos complémentaires

Durée de la formation 2 jour(s)
Date limite d'inscription 30/03/2022

Tarifs
Adhérent 450€
Non adhérent 550€

Plus de renseignements
raphael lebeau
contact@civam-occitanie.fr
Fédération Régionale des CIVAM

Taux de satisfaction : %

Repas en sus (15€ par personnes), hébergement sur place possible à 25€

Modalités d'accès :

Dates, lieux et intervenants

date à définir	34000 montpellier	Lucine Martin : coordinatrice d'un organisme de formation, formatrice consultante (Qualiopi, Gestion de projet, Gestion du stress), Accompagnatrice en Transitions Professionnelles et Sophrologue.

Bulletin d'inscription

Nom _

Prenom _

Adresse _

_ _

_ _

Courriel _

Tel _

Merci de renvoyer ce bulletin avec votre attestation VIVEA à l'adresse indiquée.

Pièces à fournir pour l'inscription:

Attestation VIVEA

☐ J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation (Voir la fiche)