

Syllabus

QUOI? >

CHRONOS est un produit de formation en ligne visant à améliorer votre gestion du temps et des priorités. D'une durée totale d'une heure, il est composé de 3 modules avec 2 périodes d'exercices inter modulaires pouvant s'échelonner sur un maximum de 3 semaines.

POUR QUI?

Cadres
Chefs d'équipe ou de projet
Professionnels
Techniciens

POURQUOI?

L'amélioration continue de vos compétences
L'expérience d'apprentissage unique et amusante
La facilité d'utilisation et d'accessibilité
L'économie de temps et d'argent

COMMENT?

Autodiagnostic
Modèle de priorisation
Capsules d'expert
Mises en situation
Exercices pratiques

À QUOI ÇA SERT?

MODULE 1		MODULE 2		MODULE 3
Prendre conscience	période inter modulaire suggérée	Dans l'action	période inter modulaire suggérée	Avec les autres
🕒 25 minutes		🕒 20 minutes		🕒 15 minutes
<p>Le module 1 vous permettra de...</p> <ul style="list-style-type: none"> Bien définir le vocabulaire propre à la gestion du temps et des priorités Comprendre l'importance de la planification en appliquant la méthode des PAS Mieux organiser votre agenda en prévoyant du temps à votre horaire pour les imprévus Prioriser adéquatement vos activités selon leur degré d'urgence et d'importance 		<p>Le module 2 vous permettra de...</p> <ul style="list-style-type: none"> Mieux contrôler les interruptions qui vous retardent dans la gestion de vos dossiers Pouvoir dire non à certaines demandes de vos collègues en adoptant la règle du 3 pour 1 Mieux répartir vos tâches dans la semaine grâce au « sacré lundi » et au « vendredi planif » Changer certaines de vos mauvaises habitudes 		<p>Le module 3 vous permettra de...</p> <ul style="list-style-type: none"> Réduire l'impact psychologique que peut avoir sur vous et votre entourage le terme « ben occupé » Prendre conscience de l'importance du savoir-être et de l'attitude à adopter envers vos collègues Comprendre l'importance de la coresponsabilité dans la réalisation de vos projets
	🕒 1 semaine		🕒 1 semaine	