

**PROGRAMME DE FORMATION – Manager de proximité**

**Apprendre à gérer son temps et son énergie**

01/01/2022 - v2

<b>INTITULE DE LA FORMATION</b>	<b>Apprendre à gérer son temps et son énergie</b>
<b>OBJECTIF PÉDAGOGIQUE</b>	A l'issue de la formation, les managers de proximité auront acquis une méthodologie permettant de mieux gérer leur temps et leurs priorités. Ils auront acquis des bonnes pratiques pour ancrer des savoir-faire efficaces, pour mieux identifier, contrôler et respecter leurs priorités.
<b>POPULATION VISÉE</b>	Tenir un poste de manager de proximité ou être en pépinière avec de réelles missions en management.*
<b>PRÉREQUIS</b>	Être en situation de management de proximité, soit de personnes, soit de projets.
<b>PROGRAMME ET CONTENU</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Objectif 1</b> : Apprendre à gagner du temps :             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Savoir s'organiser efficacement</li> <li>b. Identifier les voleurs de temps et les réduire</li> </ol> </li> <li>2. <b>Objectif 2</b> : Diminuer son stress :             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Savoir faire des microcoupures pour augmenter son efficacité au travail et gérer sa fatigue</li> <li>b. Mieux planifier et plus souvent pour travailler plus sereinement</li> </ol> </li> <li>3. <b>Objectif 3</b> : Améliorer le travail en équipe en gérant mieux l'urgent et l'important</li> <li>4. <b>Objectif 4</b> : Construire son plan d'action pour gagner en efficacité et en énergie</li> </ol>
<b>MODALITÉS D'ORGANISATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Soit la formation est dispensée en salle de réunion agence, en présentiel, en collectif, par groupes de 8 à 10 participants idéalement ;</li> <li>○ Soit la formation s'effectue dans un hôtel disposant d'un espace séminaire de travail, facilitant la mise en réflexion à travers des ateliers pratiques.</li> </ul>
<b>MOYENS D'ÉVALUATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Questionnaire de satisfaction</li> <li>○ Des exercices d'application permettent d'évaluer les acquis après chaque séquence, en binôme ou en individuel selon les sujets ;</li> <li>○ Un quiz comportant des séries de questions en évaluation sommative validera les acquis théoriques ;</li> <li>○ Une évaluation globale avec constitution d'un carnet de route managérial personnel sera élaborée par et pour chaque stagiaire.</li> </ul>

## PROGRAMME DE FORMATION – Manager de proximité

### Apprendre à gérer son temps et son énergie

<b>DURÉE</b>	1 jour ou 8h30 – 12h00 / 13h30 – 17h00
<b>ORGANISME &amp; INTERVENANT</b>	Cabinet Formes d'Esprits / Eric Jacquot/Stéphane Casabianca

\* Si vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour accéder ou suivre cette formation merci de nous prévenir afin que nous prenions les mesures nécessaires.