

# Triompher du temps

**Apprendre à maîtriser son temps de travail et celui de ses collaborateurs de manière ludique par la réalisation de puzzles 3D.**

« La gestion du temps n'est pas un sport individuel mais un sport d'équipe. Il faut apprendre à travailler ensemble, à collaborer et s'entraider ».

**Durée :** 7.00 heures (1.00 jour)

**Profils des stagiaires :** Managers ou Collaborateurs



## Objectifs pédagogiques

1. Découvrir une nouvelle perspective du temps
2. Maîtriser son temps de travail (et celui de son équipe pour les managers) et accroître sa productivité (et celle de son équipe pour les managers)
3. Progresser sur des aspects tels que : Se concentrer, prioriser, organisation, planifier

## Contenu de la formation

### Définition et concept du temps

- Brainstorming sur la notion de temps
- Comprendre le temps pour ne plus le subir
- Intelligence de groupe : Définition collective du temps
- Approche philosophique du temps : De Saint-Augustin à Bergson

### Grands principes de gestion du temps

- Fixer des objectifs : Méthodologie SMART
- Définir des priorités : Matrice Urgence/Importance
- Planifier à l'aide de l'outil TRELLO
- Anticiper les éléments bloquants
- Définir des indicateurs de contrôle qualité
- « Droit de s'asseoir », instant méditatif

### **S'ACCORDER A SOI POUR S'ACCORDER AUX AUTRES (Collaborateurs, Clients, Etc...)**

- Être en accord avec soi-même et s'accorder avec les autres en partageant la même orientation
- Réflexion sur les priorités de l'entreprise
- Développer et renforcer une intelligence collective des situations
- Eviter le gaspillage collectif

## **Organisation de la formation**

### **Équipe pédagogique**

Notre consultant formateur est Responsable Hygiène, Sécurité et Environnement diplômé d'un Master en Maintenance, Qualité, Sécurité et Environnement à l'Université Paris Sorbonne Nord ayant appliqué différents outils de gestion du temps durant sa carrière. Responsable HSE pour des entreprises spécialisées dans la construction d'ouvrages spécialisés (tunnels, ponts, gratte-ciels...)

### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation
- Construction d'un ou plusieurs puzzles 3D en respectant un cahier des charges et des contraintes de temps.
- Cahier des charges de la construction des Puzzle 3D.
- Matrice importance/urgence
- Mémo : Les outils de la gestion du temps
- Présentation projetée
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

### **Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation**

- Feuilles de présence.
- Évaluation permanente sous forme de questions orales ou écrites
- Documents d'évaluation préalable à la formation, de satisfaction et d'efficacité de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

## **Caractéristiques et modalités**

**Type de parcours de formation :** Collectif

**Effectif :** 4 à 10 participants par session

**Niveau d'entrée :** sans niveau spécifique

**Niveau de sortie :** sans niveau spécifique

**Modalités d'admission :** Admission sans disposition particulière

**Modalités d'accès à la formation :** Entre 1 et 90 jours à partir de la demande d'inscription

**Accessibilité :** Accessible aux personnes en situation de handicap.