



Gestion du temps et des priorités

La gestion du temps et des priorités sont des compétences indispensables à votre efficacité et votre réussite professionnelle. Cette formation vous apportera les méthodes et outils qui vous permettront d'optimiser votre gestion du temps afin de mieux anticiper et vous organiser au quotidien.



Informations générales

Durée : 7,00 heures

Profils des stagiaires : Toute personne souhaitant améliorer sa gestion du temps et des priorités

Nombre de participants par session : 6 maximum

Pré-requis : Aucun



Objectifs pédagogiques

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de : Gérer son temps pour gagner en efficacité ; Identifier et prioriser ses actions en fonction de son activité ; Utiliser avec pertinence les outils de communication et d'organisation.



Contenu de la formation & Aptitudes développées

Organiser ses activités pour gérer ses priorités :

- Définir les attentes d'une journée type et identifier sa marge de manœuvre pour gérer son temps selon ses priorités ;
- Passer du temps subi au temps choisi : distinguer et classer les urgences et importances, et bâtir sa matrice des priorités ;
- Mettre en place une organisation et une structure efficace permettant l'optimisation du temps : les différents outils d'organisation, la gestion de l'emploi du temps,...
- Training : Identifier ses activités à haute valeur ajoutée et les urgences quotidiennes puis prioriser et trouver des solutions pour les actions que vous ne pourrez pas réaliser sur cette journée.

Optimiser son temps en gérant les sollicitations extérieures :

- Savoir dire « non » à une sollicitation de manière constructive ;
- Comment gagner du temps avec une bonne communication et une bonne transmission des informations ;
- Comment agir face à des sollicitations excessives ;
- Training : Mise en situation d'une sollicitation excessive et proposer un nouveau fonctionnement à un interlocuteur qui perturbe son efficacité.



Organisation de la formation

K FORMATION 190 rue Topaze 13 510 EGUILLES – Numéro SIRET : 982 449 399 00020 – RCS Aix en Pce – SAS Capital 1 000 € -

Déclaration d'activité n° : 93132189113 (enregistré auprès du préfet de la région Provence Alpes Côte d'azur) — Ce numéro ne vaut pas agrément de l'état –

Contact@kformations.com – Tel : 04 65 84 80 19 V5 10/08/2025



Équipe pédagogique

Nos intervenants sont des experts dans le domaine du management et de la gestion d'entreprise. Leurs expériences professionnelles (Directeur: Manager ou Gérant de magasin) et leurs diplômes/formations dans le domaine du management et de la gestion font d'eux des formateurs passionnés et terrain qui vous apporterons des compétences par leur partage d'expériences mais également au travers de jeux de rôle en situation réelle de travail. L'organisme de formation s'assurera de la bonne organisation et du bon déroulé pédagogique de la formation et peut être contactée à tout moment par le client: stagiaire ou intervenant pour répondre à vos besoins.

Accessibilité

L'organisme de formation s'engage à tout mettre en œuvre pour permettre l'accessibilité de cette formation à tous. Pour accompagner au mieux les Personnes en Situation de Handicap, nous vous remercions de vous rapprocher de notre Référent Handicap pour étudier avec vous les conditions d'adaptations de la formation.

Moyens pédagogiques & techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation ;
- L'intervenant utilisera son PC et son vidéo projecteur, si besoin ;
- Pour les formations en intra : utilisation du matériel et des spécialités des locaux pour réaliser les mises en situation ;
- Un support dématérialisé est remis au stagiaire selon les besoins.
- Modalités pédagogiques : Démonstrative, pédagogie inversée et interrogative. Ces modalités peuvent être adaptées le jour de la formation en fonction des besoins des stagiaires et du formateur.

Suivi & évaluation des résultats

- Une feuille de présence émarginée par les stagiaires et le formateur ;
- Des questions écrites sous forme de QCM en début et fin de formation afin d'évaluer le niveau des acquis sur la thématique ;
- Une évaluation en cours de formation peut se réaliser de différentes manières selon le contenu de la formation : mise en situation, quizz, exercice pratique ;
- Une évaluation de la satisfaction à chaud de chaque stagiaire est réalisée en fin de formation ;
- Une attestation de suivi de formation sera adressée aux participants

Délai d'accès

Le délai d'inscription à la formation est au minimum de **2 semaines** avant la date de réalisation.

Modalités d'évaluation & Indicateurs qualité

La formation est sanctionnée par : Remise d'un Certificat de réalisation aux stagiaires à la fin de la formation. Possibilité d'approfondir cette formation avec d'autres modules de formation.

Modalités d'évaluation : Évaluation des acquis tout au long de la formation et QCM sur les connaissances acquises en fin de formation.

Indicateurs Qualité : Note de la formation : **7,3 / 10**