134-12 Gestion du temps

Réorganiser ses priorités à l'ère du numérique

Inscriptions, renseignements :
Judith HERBUVEAUX
judith.herbuveaux@adbs.fr
Tél. : 01 43 72 99 44
http://adbs.fr/134-12

OBJECTIFS

- Prendre conscience de son rapport au temps et des différentes dimensions du temps et des conséquences en matière d'organisation et de gestion des relations
- Intégrer les fondamentaux de la gestion du temps
- Réorganiser sa gestion du temps à l'ère du numérique
- Gérer les sollicitations du numérique et savoir prioriser

PUBLIC CONCERNE

- Professionnels de l'information
- Tout documentaliste qui souhaite améliorer l'organisation de son temps de travail en prenant en compte les nouveaux paramètres de fonctionnement amenés par le numérique et la généralisation de l'utilisation du web

PRATIQUE

Durée totale : 3 jours
Horaire : de 09 h à 17 h
Tarif adhérent :
930 € HT (1112,28 € TTC)
Tarif non adhérent :
1195 € HT (1429,22 € TTC)
(TVA : 19.60%)

PROGRAMME

- Points sur son organisation de travail et son mode de gestion du temps
- Les conséquences d'une gestion défectueuse (stress, santé, désorganisation,?)
- L'auto-évaluation de la gestion de son temps
- Identification de sa principale limite
- Identification des points d'amélioration
- Définir des objectifs
- Attentes d'une bonne gestion du temps
- Formulation d'un objectif principal et deux objectifs secondaires
- Les fondamentaux de la gestion du temps
- Les différents temps et les paramètres entrant dans la gestion du temps
- L'approche systémique du temps
- Les lois de Pareto et le modèle Eisenhauer
- Les règles, principes et secrets pour anticiper
- L'ère du temps numérique
- Les nouveaux paramètres de la gestion du temps lié au numérique et au web
- Les conflits entre les opportunités du numérique et ses limites personnelles
- Concurrences entre les nouvelles activités générer par le numérique et les tâches traditionnelles
- Gestion et contrôle des flux numériques
- Priorisation et nouveaux modes de rapport à l'information
- Les implications mentales
- Se donner des limites et adapter ses outils à ses objectifs.

DOMAINES DE COMPETENCES

Gestion des ressources humaines

FORMATEUR(S)

Formateurs HEUROIA

SESSIONS

8-10 octobre 2012

EN PARTENARIAT AVEC :

Heuroia Formation