

Métamorphoses Groupe

Mettez du métier dans vos formations

Management
Gestion de projets

Efficacité professionnelle
Epanouissement professionnel

Customer care

MBTI®
Process Communication®

Formation
Coaching
Blended Learning
Training Simulation

www.metamorphoses.be
www.formandcoach.com

contact@metamorphoses.be

Métamorphoses sprl

Bois du Foyau 78
1440 Braine-le-Château
Belgique

Tél. 00 32 497 70 85 82
00 32 497 70 70 50
Fax 00 32 2 400 42 38



Du temps en plus pour mieux gérer ses activités

Développer ses capacités à s'organiser et à travailler de façon plus efficace.

Objectifs de la formation

A l'issue de la formation, les participants seront capables :

- D'identifier les erreurs qu'ils commettent dans leur gestion de temps.
- De déterminer leurs priorités et de planifier leurs tâches.
- De mieux gérer les perturbations, les interruptions et les pertes de temps.
- De s'organiser et de travailler de façon plus efficace.

Contenu de la formation

- Travail sur les objectifs des participants et auto - évaluation des problèmes de gestion de temps.
- Déterminer des objectifs efficaces : point de départ d'une gestion de temps réussie.
- Améliorer son fonctionnement en respectant les lois du temps.
- Distinguer l'urgent et l'important, établir de façon réaliste ses priorités et planifier ses tâches.
- Augmenter son efficacité.
- Eliminer les mangeurs de temps.
- Synthèse et plan d'action personnel.

La formation vous donne une approche globale et structurée pour gérer votre temps :

*Déterminer vos objectifs
Prioriser vos tâches*



*Vos modes de fonctionnement
Etre efficace*



Gérer les interruptions, les réunions,...

Management
Gestion de projets

Efficacité professionnelle
Epanouissement professionnel

Customer care

MBTI®
Process Communication®

Formation
Coaching
Blended Learning
Training Simulation

www.metamorphoses.be
www.formandcoach.com

contact@metamorphoses.be

Métamorphoses sprl

Bois du Foyau 78
1440 Braine-le-Château
Belgique

Tél. 00 32 497 70 85 82
00 32 497 70 70 50
Fax 00 32 2 400 42 38



Du temps en plus pour mieux gérer ses activités

Développer ses capacités à s'organiser et à travailler de façon plus efficace.

Démarche pédagogique

Nous utilisons une méthode de formation pratique et ludique (basée sur la méthode Eurêka) :

- Communication avec les participants avant et après la formation pour stimuler leur implication.
- Intégration des outils renforcée par l'utilisation des cycles d'apprentissage et de la méthode « SAVI ».
- Travail sur des cas concrets, partage d'expériences et de recommandations avec les participants, exercices de mise en pratique et/ou jeux de rôles.
- Préparation d'un plan d'action à l'issue de chaque formation.

Public cible

- Cadres, employés, personnel d'exécution (aucun pré-requis n'est nécessaire).

Pré-requis

Aucun

La méthode de formation vise à augmenter la mise en pratique et l'intégration des connaissances :

*Prise de conscience
de ses modes de
fonctionnements*



*Application à
des cas concrets*



Plan d'action



*Possibilité de
suivi post formation*

Management
Gestion de projets

Efficacité professionnelle
Epanouissement professionnel

Customer care

MBTI®
Process Communication®

Formation
Coaching
Blended Learning
Training Simulation

www.metamorphoses.be
www.formandcoach.com

contact@metamorphoses.be

Métamorphoses sprl

Bois du Foyau 78
1440 Braine-le-Château
Belgique

Tél. 00 32 497 70 85 82
00 32 497 70 70 50
Fax 00 32 2 400 42 38



Du temps en plus pour mieux gérer ses activités

Développer ses capacités à s'organiser et à travailler de façon plus efficace.

Organisation pratique

La formation est ouverte à des personnes provenant de différentes entreprises ou institutions.

Nous acceptons des inscriptions individuelles ou en petits groupes. La formation se donne à un maximum de 8 à 10 personnes sur une journée (de 9h00 à 16h30) le **jeudi 21 janvier 2010**.

Les participants peuvent également s'inscrire à une demi-journée de suivi (de 9h00 à 12h30) qui aura lieu le mercredi 10 février 2010. Les participants reçoivent un syllabus. La formation a lieu à quelques kilomètres du ring sud de Bruxelles.



Budget :

La formation revient à :

Nombre de participants que vous inscrivez :	1	2	3 ou plus
Prix en euros Hors TVA par participant	345,00	315,00	295,00

La demi-journée de suivi revient à 150 Euros hors TVA par participant. Le prix inclut le repas de midi et les mignardises.

Nous sommes également agréés « *Chèque Formation* » par la Région Wallonne (numéro 0398) et pouvons donc faire profiter nos clients éligibles de subventions sur nos formations (**réduction par participant de 105 Euros TVA pour la formation et de 45 Euros pour la demi-journée de suivi**).

Nous proposons une demi-journée de suivi pour aider les participants à :

Mémoriser les concepts vus



Mettre en pratique les outils



Faire face aux difficultés rencontrées en pratique