

Développement Personnel - Gérer et Organiser son travail

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 1910732F — Mise à jour : 15 décembre 2025

Organisme responsable : ITC SAINT BRIEUC - HOP'FORMATION

Contenu

Objectifs

- Répartir son temps de manière optimale dans la gestion de sa charge de travail
- Choisir des outils d'organisation en fonction de ses besoins
- Gérer ses échanges interpersonnels pour optimiser son organisation personnelle
- Rester serein face à la pression grâce à l'affirmation de soi

Programme

Module 1 : S'organiser et gérer son temps
Gérer ses priorités dans le temps
Optimiser ses méthodes de travail
S'affirmer pour bien organiser son activité

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée Aucun prérequis	Niveau de sortie Sans niveau spécifique
------------------------------------	--

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2152398	Présentiel	Saint-Brieuc	31/12/2025	30/12/2026

Source : GREF Bretagne #1910732F