



GESTION DU TEMPS

LE TIMING ORGANISATIONNEL

PROFESSIONAL SKILLS

Medical Biology laboratory
Web content design
Life Coach (ICF)
Personal Development Coach
Sophrologist
Workshop collective intelligence
Facilitator
Conferencier

PERSONAL SKILLS

Creative spirit
Reliable and professional
Organized Time management
Team player
Fast learner
Motivated

CONTACT

P: +32493981621 E:
rolincoaching@gmail.com
W: www.rolincoaching.net

OBJECTIFS

- Comprendre son propre fonctionnement par rapport à la gestion du temps.
- Maîtriser des techniques utiles au quotidien.
- Organiser son travail à court, moyen et long terme.
- Intégrer les grands principes pour gérer son temps et ses priorités.

DÉROULEMENT

- Pourquoi gérer son temps ?
- Les différents profils en termes de gestion du temps.
- Les principes clés .
- Les déclics de l'efficacité.
- Gestion du temps et réunion : bonnes pratiques.

ORGANISATION

- En intelligence collective :
Groupe de 8 personnes
1 session de 4 heures
- En coaching managérial
2 sessions de 3 heures en face to face