

# GÉRER EFFICACEMENT SON TEMPS

---

## GUIDE DE SURVIE AU 21<sup>E</sup> SIÈCLE!

---

Nous vivons dans un monde caractérisé par l'évolution rapide des méthodes de travail, l'accélération des communications et l'augmentation des responsabilités individuelles. Chaque jour, nous devons faire face à de nouveaux défis et nous acquitter d'un nombre de plus en plus grand de tâches à accomplir. Dans ce contexte, le manque de temps est un problème auquel personne n'échappe.

Une conférence teintée d'humour au cours de laquelle vous découvrirez les grands principes de la gestion du temps et certains aspects de notre relation au temps, comme les cycles de fonctionnement du cerveau. Vous découvrirez avec plaisir qu'il existe des techniques efficaces et facilement applicables pour maîtriser les multiples facettes de la vie au 21<sup>e</sup> siècle. Offrez à votre équipe un temps de réflexion et quelques outils concrets pour apprendre à jongler quotidiennement avec de multiples priorités tout en gardant le cap.

---