

## Programme de formation **Ne plus remettre à plus tard**

### Objectifs de la formation

« Je ferai ça plus tard », « Je n'ai pas le temps maintenant ».... Nous reportons tous certaines tâches. Pourtant ceux qui remettent tout à plus tard sentent bien que cela les freine dans leur vie. Or, si on le souhaite, on peut arrêter de « procrastiner ».

Ce webinaire vous permet de découvrir des techniques simples pour arrêter de remettre à plus tard.

### Pré-requis

Aucun pré-requis n'est exigé

### Programme

- Définir ce qu'est la procrastination
- S'approprier 2 techniques originales pour se motiver
- Découvrir des outils anti-procrastination à utiliser au quotidien

### Intervenante



**Laurence Einfalt**  
Conseil en organisation personnelle

### Méthodes pédagogiques

Alternance de théorie et d'exemples concrets.

Un support est projeté lors du webinaire et est envoyé aux participants.

### Modalités d'évaluation

Une attestation de présence est adressée au stagiaire à l'issue du webinaire ainsi qu'un questionnaire de satisfaction.

### Modalités et délais d'accès

Inscription via notre formulaire d'inscription sur le site : au minimum 5 jours ouvrés avant le démarrage de la session.

Un lien de connexion vous est adressé par mail la veille de la classe, avec un rappel le jour-même.

 **Mercredi 31 mai 2023**  
De 9h30 à 10h30



**1 heure**



**Webinaire, à distance**

Interactions via chat



**Effectif non limité**



**Tous professionnels**



**Adhérent** : inclus dans  
la cotisation

**Non adhérent** :

25 € HT – 30 € TTC



**Accessibilité aux personnes en situation de handicap.**

Afin de vérifier les possibilités d'accueil, merci de prendre contact avec Dimitri Boyer au 01.53.33.34.85