

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