



Gérer ses priorités et son temps

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Programme

- Comprendre les liens entre organisation et charge mentale
- Identifier les pollueurs d'attention au travail
- Détecter les points bloquant de l'organisation et la gestion du temps
- Appliquer la méthode Pomodoro
- Appliquer la méthode Einsehower
- Challenger et mettre en place de nouvelles règles
- Communiquer les nouvelles règles (à son équipe, à son manager)
- Affiner sa qualité de vie au travail au quotidien

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Durée

1 Jour dont 7 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

400 € par stagiaire

Adresse

Saint Brieuc - CCI Formation

16 rue de Guernesey,
22000 Saint-Brieuc

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/cotes-armor>

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun pré-requis

→ **Niveau d'entrée** : Sans niveau spécifique

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation les bénéficiaires seront capables d'améliorer leur organisation personnelle et l'organisation de leur(s) équipe(s) en appliquant des méthodes de gestion du temps et des priorités.

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des connaissances acquises en fin de formation

Modalités pédagogiques

La formatrice met en pratique tout au long de la formation les méthodes actives pour favoriser l'implication des acteurs (participation par des jeux collaboratifs, mise en pratique pour favoriser la prise de conscience).

Date et mise à jour des informations : 02/02/2026

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Les sessions



Saint-Brieuc

- 3 septembre 2026
- Groupe & individuel : solutions personnalisées sur demande
- Inscription sur liste d'attente : contactez nous

Contacts



PÔLE FORMATION CONTINUE Saint Brieuc

fc@cotesdarmor.cci.fr

CCI Formation Côtes d'Armor - N° SIRET 182 200 055 000 16 - N° d'activité 5322P001722

16 rue de Guernesey, - 22000 Saint-Brieuc

Tél. : 02 96 78 70 34 - formation@cotesdarmor.cci.fr - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/cotes-armor>