

# FORMEZ-VOUS À DISTANCE

## LES « WEBINAIRES »

DES ATELIERS POUR LA GESTION DE VOTRE TEMPS... **NOUVEAUTÉ 2021**

### Le piège de la procrastination

#### Pourquoi faire aujourd'hui ce que l'on peut faire demain ?

- > La procrastination : c'est quoi ?
- > La procrastination : pourquoi ?
- > Comment arrêter de remettre au lendemain et sortir de ce piège.

### Le jeu du temps

#### Comment gagner du temps pour éviter d'en perdre...

- > Bien démarrer sa journée.
- > Se fixer des objectifs accessibles.
- > Définir ses priorités en apprenant à utiliser la matrice d'Eisenhower.

### Auteure :

Françoise VIDAL-FERRANDES

### En pratique :

Quelques jours avant le webinaire, vous recevrez par mail toutes les instructions ainsi que l'indispensable lien de connexion : conservez-le, c'est votre sésame de participation.

Au jour J, nous vous recommandons d'activer ce lien de connexion sous « Google Chrome » au moins 15 minutes avant l'heure H, de manière à pouvoir anticiper une éventuelle difficulté d'ordre technique et nous contacter immédiatement.

## DISTANCIEL

### LE PIÈGE DE LA PROCRASTINATION

25 NOVEMBRE 2021

De 14 h à 16 h

### LE JEU DU TEMPS

4 NOVEMBRE 2021

De 14 h à 16 h



FRAIS DE PARTICIPATION : OFFERTS

Contactez Françoise Lerbet - 02 40 44 92 96 - qui vous fournira la démarche à suivre pour ne pas manquer vos rendez-vous