



Université du Québec à Chicoutimi
**PLAN DE FORMATION
EN LIGNE**



6 heures



0,6

Unité d'éducation continue

Gestion du temps

Un regard différent – Et si on arrêta d'essayer de gérer le temps?

Description

La gestion du temps demeure un sujet d'actualité, mais ne représente-t-il pas davantage un concept abstrait qui expliquerait toute sa complexité de gestion? Serait-il davantage une variable à prendre en compte plutôt qu'un objectif en soi?

Bien que conscients que notre organisation du travail nous impacte, qu'en est-il de notre impact sur les autres? Suis-je la cause ou la conséquence d'une inefficacité? Ou un peu des deux...

En plus de susciter une prise de conscience s'élevant au-delà des outils habituels proposés, cette formation vise à porter un regard différent sur la gestion du temps. Abordant le thème sous l'angle des objectifs à atteindre et des échéanciers à respecter, elle se veut une démarche qui permettra à chacun d'évoluer dans un quotidien plus agréable, pour nous et pour les autres.

Objectifs

Au terme de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- Identifier les causes ayant un impact sur la réalisation de leurs activités ;
- Porter davantage attention à son impact sur les autres ;
- Mettre en pratique certaines pistes de solutions permettant d'optimiser la gestion des activités quotidiennes.

Contenu

- Gestion du temps – Variable ou Objectif?
- Notion d'urgence et priorisation
- Causes ou conséquences
- Pratiques et outils

Nombre d'heures

6 heures

Frais d'inscription

--

Clientèle visée

Cette formation s'adresse à toute personne professionnelle ou gestionnaire qui désire améliorer sa gestion du temps.

Formatrice



Isabelle Tremblay, M. Sc., LSSBB

Isabelle Tremblay possède sa propre entreprise où elle œuvre principalement à titre de conseillère experte en amélioration de la performance. Titulaire d'une maîtrise en gestion des organisations de l'UQAC et certifiée Ceinture noire – Lean Six Sigma, elle possède plus d'une dizaine d'années d'expérience en formation continue. Elle cumule également 20 ans d'expérience au sein de la grande entreprise où elle a pu développer ses compétences dans des postes de professionnels et de gestion. Faisant partie des gens ayant un parcours plutôt atypique, elle a pu être exposée à plusieurs disciplines : administration, formation et développement des RH, gestion de changements, gestion d'opération, gestion d'entretien, gestion des actifs, gestion de projets et amélioration continue. Structurée et organisée, sa force réside dans sa capacité à supporter l'identification et la mise en place de nouvelles pratiques plus efficaces.

Formation continue

Université du Québec à Chicoutimi
555, boulevard de l'Université
Chicoutimi (Québec) G7H 2B1
418 545-5011, poste 1212
formationcontinue@uqac.ca
formationcontinue.uqac.ca

NOTES

Attestation de participation : Pour chaque formation suivie, une attestation correspondant au nombre d'heures de participation sera émise par la Formation continue de l'Université du Québec à Chicoutimi à chacun des apprenants. Une (1) unité d'éducation continue (UEC) est attribuée pour dix (10) heures de participation à une activité d'éducation continue. Un seuil minimal de 80 % du nombre d'heures de participation par activité concernée doit être suivi pour recevoir une attestation de participation.

Outils complémentaires : Des mesures de suivi de la progression de l'équipe d'implantation sont également disponibles pour les dirigeants qui le souhaitent. Possibilité d'accompagnement supplémentaire d'un conseiller virtuel ou sur place. Un soutien technique est disponible pour le dépannage en ligne et pour répondre à toutes vos questions d'ordre technique.