

Dopez votre efficacité au quotidien

Construit avec des experts en efficacité professionnelle, ce parcours est fait pour tout ceux qui souhaitent maîtriser leur stress et gérer efficacement leurs tâches quotidiennes !

Au travers des 7 étapes de cette formation, vous découvrirez des solutions éprouvées pour doper votre efficacité au quotidien !



En bref



Durée : 13h30

6h en digital learning +
7h30 en classe avec formateur



100% distanciel

collaborateurs • managers • RH
ne nécessite aucun prérequis



Tarif : 950 € HT / apprenant

Prochaines sessions

18 mars 2021 / 19 avril 2021 / 21 mai 2021

Il s'agit de dates estimatives car elles dépendent du nombre d'inscrits. Une session compte entre 6 et 8 apprenants pour un suivi au plus près des besoins de chacun.

Objectifs pédagogiques

- Travailler de manière productive et concentrée
- Organiser son temps
- Gérer ses mails
- Être percutant lors de présentations orales

Organisation

Moyens pédagogiques et techniques

La formation se déroule dans la plateforme de formation Eurécia. Le contenu pédagogique est organisé en pas-à-pas. Les différentes étapes sont composées de fiches, vidéos, quiz. Entre ces étapes théoriques, un formateur Eurécia, professionnel de l'efficacité quotidienne au travail, intervient en direct.

Dispositif d'évaluation de la formation

- Échanges interactifs autour d'un cas concret
- Quiz
- Certificat

Compétences développées

Sens de l'organisation

Capacité à planifier, prioriser, anticiper des actions en tenant compte des moyens, des ressources, des objectifs et du calendrier pour les réaliser.

Gestion du stress

Capacité à garder le contrôle de soi pour agir efficacement face à des situations irritantes, imprévues ou stressantes.

Sens de la communication

Capacité à transmettre clairement des informations, échanger, écouter activement, recevoir des informations et messages et faire preuve d'ouverture d'esprit.

Contenu / progression pédagogique

Au programme

- Gérer son stress
- Mieux gérer ses tâches
- Maîtriser son temps
- Parvenir à son niveau d'énergie maximum
- Communiquer efficacement par mail
- Réussir ses prises de parole en public
- Prendre en main son développement

Besoin d'un devis ? Du programme détaillé ? De renseignements complémentaires ? D'un aperçu ?

Contactez-nous par mail à boost@eurcia.com ou par le formulaire de contact :

Je contacte mon conseiller

Je découvre le contenu