

LA GESTION DU TEMPS : COMMENT MIEUX CONCILIER SA VIE D'ÉLU, SA VIE PRO ET SA VIE PERSO ?

MERCREDI 2 AVRIL 2025



9h à 17h



Saint-Cyprien



12 participants

OBJECTIFS DE LA FORMATION

S'ENGAGER SUR 6 ANS NÉCESSITE DE COMPOSER HABILEMENT ENTRE LES CONTRAINTES DE SON MANDAT D'ÉLU, SA VIE PROFESSIONNELLE ET SA VIE FAMILIALE.



A MI-MANDAT, L'AMF42 VOUS PROPOSE CETTE JOURNÉE POUR VOUS AIDER À TROUVER OU RENFORCER L'ÉQUILIBRE NÉCESSAIRE POUR VIVRE VOTRE MANDAT EN HARMONIE.

INTERVENANTE

Catherine FERIOLI-GAVENC

Coach et formatrice en communication

AU PROGRAMME DE LA JOURNÉE

- 1- POURQUOI APPRENDRE À DEVENIR MAÎTRE DE SON TEMPS ?
- 2- LA PRISE EN COMPTE DE SON ENVIRONNEMENT
- 3- SAVOIR S'ORGANISER
 - Agir avec méthode
 - Gérer les outils d'organisation
 - Savoir gérer les imprévus
 - Apprendre à s'accorder du temps
- 4- SAVOIR DIRE "NON"
- 5- CONNAÎTRE LES CLÉS ET LES RÈGLES ESSENTIELLES DES MAÎTRES DU TEMPS

INSCRIPTION

» S'inscrire via l'AMF42
financement par la commune

ou

» Mobiliser votre DIF élu
financement par la CDC

