



## Mieux gérer sa charge de travail

### Objectifs

- S'exprimer sur ses difficultés de gestion de charge de travail
- Recevoir des clefs pour améliorer la gestion de sa charge de travail

### Descriptif

Cette formation propose un espace d'échanges concernant sa charge de travail. Elle fournit des outils de base permettant d'améliorer son organisation personnelle en matière de charge de travail. Il s'agit de permettre aux collaborateurs d'identifier les leviers à actionner pour mettre en place des méthodes d'organisation personnelle efficaces.

### Programme

#### Introduction de la thématique

- Présentation des participants et de l'intervenant
- Introduction de l'intervenant : qu'est-ce que la charge de travail ?

#### 1. OPERATIONALISER SES OBJECTIFS DE TRAVAIL

- S'assurer d'une bonne définition des objectifs de travail
- Prioriser parmi les objectifs
- Autres éléments formels de l'organisation du travail à maîtriser (bonne définitions de ses missions et périmètres de responsabilité ; l'apport du collectif...)

#### 2. DECLINER LES OBJECTIFS EN TÂCHES

- Planifier les tâches pour atteindre les objectifs
- Respecter certaines règles pour effectuer les tâches et atteindre les objectifs

### Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Support PowerPoint et exposé interactif pour les apports
- Echanges et réflexion collective

### Modalité d'évaluation des acquis

- Quizz sur le contenu de la formation
- Enquête de satisfaction

**Preventech**  
**Formation**

Tél : 01 44 09 70 44 / [www.preventech.net](http://www.preventech.net)



#### Durée

Sensibilisation : 4h



#### Quantité

Sensibilisation : 12 max.



#### Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à la formation



#### Personnel concerné

Collaborateurs (hors management)



#### Intervenants

Consultant formateur RPS/QVT ;  
Management



#### Type

Intra-entreprise



#### Prix

Sensibilisation : 1450 € HT par groupe

Sensibilisation flash (sans échange) :

1 200 € HT par groupe

Toutes nos formations sont accessibles aux personnes à mobilités réduites, en situation d'handicap visuel, auditif ou mental. Veuillez nous contacter afin que nous puissions aménager et adapter votre formation.