



Gestion du temps et organisation du travail.

Pour le bien-être au travail.

FRCIVAM Bretagne

17 rue du Bas Village – CS 37725

35577 CESSON SEVIGNE cedex

Tél. 07 77 46 75 74

Mail : laurence.gravel@civam.org

N° Organisme de formation : 53 35 05856 35

Certifié Qualiopi au titre des actions de formation

Contexte :

Les salarié.es de nos structures associatives sont confronté.es à une importante charge de travail et à la nécessité de prioriser leurs tâches et à mieux les organiser. C'est en formalisant notre rapport au temps (urgence, stress, rythme) que nous pouvons faire évoluer notre boîte à outils personnelle et collective nous permettant de gérer notre temps avec plus d'efficacité.

Objectifs opérationnels :

A l'issue de la formation, vous serez capables de :

- Utiliser des outils et techniques pour définir des priorités avec vos administrateurs.
- Utiliser des outils de gestion du temps pour mieux organiser et anticiper les tâches liées au travail.
- Limiter les pertes de temps dans votre travail.
- Mieux anticiper et gérer les périodes de stress.
- Savoir se poser à soi-même des limites et développer sa capacité à dire non.

Intervenantes : Annie Le Fur, formatrice et consultante organisation du travail et médiation, *Entre-temps*. Laurence Gravel, en facilitation graphique, FRCIVAM Bretagne.

Programme :

Journée 1

- Mon rapport au temps : connaître ses propres atouts et limites sur la gestion du temps.
- S'organiser et anticiper à l'année : construction des feuilles de mission annuelles et gestion des problèmes.
- S'organiser à la semaine et à la journée.
- S'organiser en équipe pour limiter les déperditions.

Journée 2

- Les spécificités du télétravail : organisation et moyens.
- Gestion du stress : diminuer l'urgence ; éviter de participer soi-même à l'accélération du rythme,
- Négocier et mettre des limites.

Modalités pédagogiques et techniques :

Format : présentiel.

Démarche pédagogique : La formation se compose d'apports théoriques, de travaux de groupe, d'études de cas et temps de synthèse. Le contenu est adapté en fonction des besoins des participant.es. Finalement, une visioconférence de suivi est proposée dans le trimestre suivant la formation.

Moyens matériels fournis : Un dossier stagiaire sera transmis, format papier. De la facilitation graphique en direct sera réalisée et transmise post-formation. Idéalement, les participant.es amènent leur ordinateur de travail, s'il est portable.

Modalités d'évaluation :

- Bilan intermédiaire, en cours de formation à l'oral.
- Evaluation des acquis et transfert de compétences.
- Evaluation de satisfaction orale et écrite.

Dates : 18 et 19 avril 2024

Horaire : 2 jours (14h) | J1 : 10h – 18h / J2 : 9 h – 17h.

Lieu : Au [Champ Commun](#), 1 Rue du Clos Bily, 56800 Augan.

Public et Pré-requis : Salarié.es de structures de développement agricole et autres structures associatives. Pas de pré-requis.

Modalités financières :

Frais pédagogiques : 750€ / 550€ pour les associations adhérentes au réseau InPACT.

Financement :

- **Pour les salarié.es qui relèvent d'OCAPIAT**, prise en charge à hauteur de 50%, par le dispositif Boost Compétences, en adressant sa demande préalable sur monespace.ocapiat.fr.

- **Pour salarié.e.s d'autres secteurs**, voir avec votre OPCO.

Autres frais : Restauration et hébergement organisé, à la charge des participant.es.

Modalités d'inscription : Répondre au [questionnaire en ligne sur ce lien](#). Pour toute question, contacter

Laurence Gravel, coordinatrice Formation FRCIVAM Bretagne | 07 77 46 75 74 | laurence.gravel@civam.org

Date limite d'inscription : 29 mars 2024.

Modalités de paiement et attestation : Votre participation vous sera demandée en fin de formation, sur présentation d'une facture. Un certificat de réalisation vous sera fourni en fin de formation.

Accessibilité handicap : Si besoin d'un accompagnement spécifique ou d'une aide adaptée, nous contacter : laurence.gravel@civam.org

Indicateurs de résultats : Niveau de satisfaction de la formation en 2023 : **94 %** - Atteinte des objectifs : **91 %**.