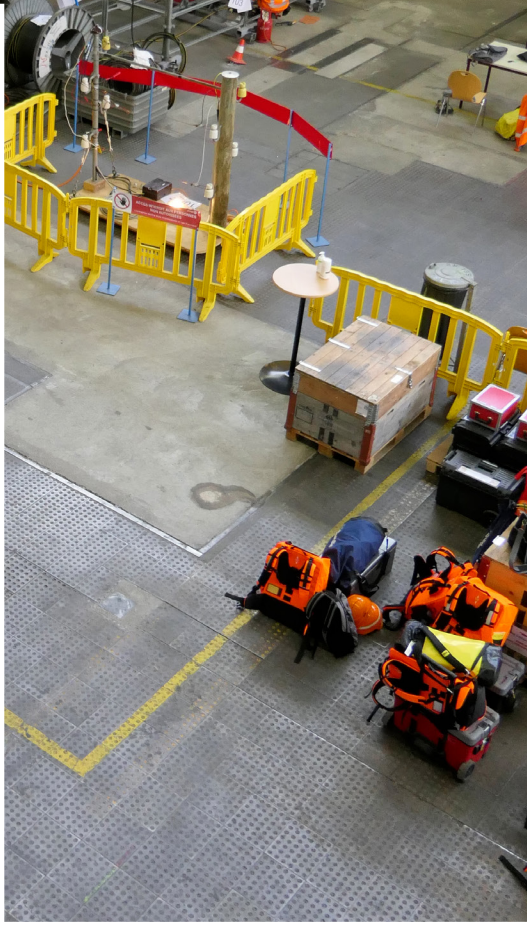
# Mon efficacité au quotidien

Les apprentis de 2ème année doivent faire face à différents défis de taille telle qu'une charge de travail élevée, jongler avec différents lieux de formations et des aspects liés aux méthodes de travail. Ils trouveront au travers de cette formation les éléments de réponses à ces défis importants

Nous vous proposons un cours sur mon efficacité au quotidien en groupe de maximum 12 personnes sur 1 jour.

Pour développer son efficacité, en se fixant des objectifs et des priorités, en utilisant des outils et des méthodes de travail efficaces et en planifiant ses différentes tâches liées aux activités professionnelles.

Il sera à même de mieux gérer son efficacité au quotidien et le traitement des informations tout en gagnant en autonomie.



Demande d'offre : formation@cifer.ch

CIFER

FIF048

# Mon efficacité au quotidien

**FORMATEUR**
Formateur spécialisé

**PRÉREQUIS**
Aucun

**PUBLIC CIBLE :**
Apprentis dès la 2ème année

**NOMBRE DE PARTICIPANTS**
Min. 8 personnes
Max. 12 personnes

**DURÉE**
1 jour
8h00 - 16h00

**CERTIFICATION**
Attestation

**PRIX**
Membres CHF 400.00 HT/personne
Non-membres CHF 480.00 HT/personne
Matériel de cours, attestation
et repas de midi compris

**INSCRIPTION**
cifer.ch

**LIEU**
CIFER

## OBJECTIFS

- Effectuer vos tâches avec efficacité au quotidien
- Gérer vos responsabilités avec autonomie
- Utiliser les outils appropriés et des méthodes de travail efficaces pour votre gestion personnelle
- Gérer votre temps de manière optimale afin de respecter les délais et échéances

## MÉTHODOLOGIE

Exposés et travail sous-groupe

## PROGRAMME

- Comment organiser la masse d'informations provenant des différents acteurs de la formation
- Formuler et fixer des objectifs à court terme avec exercices pratiques
- Lecture efficace, écoute active et technique d'apprentissage
- Tenir un agenda, respecter les délais et échéances
- Expérience « Concentration » travail sur la qualité de la mémoire et conscience du risque d'oubli

Pour des raisons de lisibilité, les termes utilisés sont au masculin mais s'adressent autant aux femmes qu'aux hommes.