



Gérer et optimiser son temps



Formation
Conseils
Coaching

- ✓ Découvrir les mécanismes qui engendrent le stress (voir le burn-out)
- ✓ Distinguer les tâches urgentes de celles importantes
- ✓ Prioriser et optimiser son emploi du temps

**2 cours de 2 heures (1X par semaine)
pour apprendre à déterminer
ses/les priorités**

**Dès 4 personnes : Fr. 50.-/h
Prix sur demande si moins de participants**

**Cours donnés par des
Formateurs/trices reconnus FSEA**

**Renseignement et inscription :
myformation.ch
info.myformation@gmail.com
079 453 66 87**

