

Monsieur,

Nous avons le plaisir de vous informer que CIFOC organise un séminaire de formation spécialisé ayant pour thème et objectifs ce qui suit :

**THEME****GESTION DU TEMPS****DATES & LIEU**

23 -24 & 25 Octobre 2019 (Mercredi - Jeudi & Vendredi)  
A Tunis Grand Hotel

**FORMATEUR****COACH ET FORMATEUR EN EN PNL , COMMUNICATION  
& DEVELOPPEMENT PERSONNEL****PRESENTATION  
& OBJECTIFS**

Qu'est ce que le temps ? Que veut dire Bien gérer son temps ? La gestion du temps est au cœur du fonctionnement de l'entreprise et de la vie privée.

L'urgence : une liste infinie de tâches à accomplir, des retards, des oublis peuvent générer du stress et de l'inefficacité au quotidien.

Les objectifs de notre séminaire de formation sont de permettre aux participants de :

- Identifier les facteurs d'une bonne gestion du temps pour vous et pour votre activité professionnelle ;
- Optimiser votre temps et prioriser vos tâches ;
- Maitriser le capital temps et s'en faire un allié ;
- Découvrir la meilleure manière de gérer votre temps dans la relation à l'autre.

**PEDAGOGIE  
&  
EVALUATION**

- **Méthodes d'apprentissage** : Auto-diagnostic de sa propre gestion du temps ; Démonstrations de l'animateur, films vidéos préenregistrés sur la gestion du temps et des priorités, jeux de rôle...
- **Outils utilisés** : La programmation neuro linguistique, la process com, la systémique et l'analyse transactionnelle.
- **Evaluation des compétences**

**POPULATION**

Toute personne désirant retrouver la maitrise de son temps face à ses multiples activités

Dans l'attente du plaisir de vous lire, nous vous prions d'agréer, l'expression de notre profond respect.

P/ Le Centre International de Formation Continue  
**CIFOC Formation**  
La Directrice Générale,  
Insaf Daly

