

# GESTION DU TEMPS

## Appréhender son rapport au temps

### Public

Directions de production  
Responsables de services  
Directions de travaux  
Conducteurs de travaux  
Directions administratives  
Chefs de projet  
Autres

### Pré requis

Validé avec le client

### Intervenants

Formateurs, experts dans le domaine et sélectionnés selon des critères stricts

### Indices de réussite

Satisfaction des stagiaires > 90%  
Atteinte des objectifs pédagogiques > 85%

### Évaluation de la formation

Fiche d'appréciation

### Durée

2 jours (14 heures)  
Format : 2 x 1jour

### Jour 1 :

#### Objectifs :

- Comprendre les bases de la gestion du temps
- Identifier les voleurs de temps
- Hiérarchiser ses tâches et construire un tableau de bord

#### Déroulé principal :

- Notions clés & autodiagnostic (quiz, semaine type)
- Atelier collectif sur les voleurs de temps
- Exercices pratiques : la Matrice d'Eisenhower
- Construction d'un « tableau de bord du temps »

**Exercices à réaliser en entreprise et chez soi au cours des 3 semaines séparant les deux sessions.**

### Jour 2 :

#### Objectifs :

- Revenir sur l'expérience vécue entre les deux journées
- Approfondir les méthodes d'organisation et de planification
- S'entraîner en mise en situation réaliste
- Construire un plan d'action personnel

#### Déroulé principal :

- Debrief collectif des exercices à réaliser entre les deux journées
- Ateliers outils (Pomodoro, GANTT, 5S, etc.)
- Jeu de rôle inspiré des debriefs
- Plan d'action personnel à 1 semaine / 1mois / 3mois

### Moyens et méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Echanges avec les participants
- Supports PowerPoint
- Annexes...

| SESSION                | DATE           | TARIF       |
|------------------------|----------------|-------------|
| BORDEAUX               | J1 09/01/2026  | 1316 € HT * |
|                        | J2 30/01/2026  |             |
| PARIS                  | J1 11/03/2026  | 1316 € HT * |
|                        | J2 01/04/2026  |             |
| MARSEILLE              | J1 05/06/2026  | 1316 € HT * |
|                        | J2 26/06/2026  |             |
| PARIS                  | J1 16/09/2026  | 1316 € HT * |
|                        | J2 07/10/2026  |             |
| Autres Régions & Intra | Nous consulter | 1316 € HT * |

**\* 1120 € HT à partir de 3 inscriptions**

#### Contact référent handicap :

Jean-Charles DU BELLAY : 01.40.69.52.75

#### Existe en intra ou sur mesure - Contact :

[infos@btpserv.com](mailto:infos@btpserv.com) - 01 40 69 58 89

**FC60/2026**