



CÖRPILOTE[®]



OFFRE DE FORMATION

GESTION DU TEMPS ET DES PRIORITÉS

« Retrouver un équilibre dans sa vie pro/perso grâce à une organisation efficace de son activité »

Vanessa ACCETTOLA

Offre de formation

- **Formation Gestion du temps avec Motiv'Essence**
 - À qui s'adresse cette formation ? 2
 - Présentation et objectifs 3

- **Déroulé de la formation**
 - Le séquençement 4
 - Dates des sessions 2023 5

- **La formatrice** 6

- **Informations pratiques**
 - Les tarifs 7
 - Coordonnées 8



À qui s'adresse cette formation ?

Vous êtes à la tête de votre société qui est en pleine croissance, mais dans votre quotidien de dirigeant :

- ⚡ Vous avez la sensation d'avoir constamment la tête dans le guidon 🚲
- ⚡ Vous vous sentez débordé(e), en surcharge 🤖
- ⚡ Vous ne parvenez plus à avoir du temps libre 🧑🏻
- ⚡ Vous ressentez le besoin de mettre (ou remettre) un cadre dans votre organisation 🕒

Alors cette formation est faite pour vous !



Présentation et objectifs

PRÉSENTATION

« **Gestion du temps et des priorités** » est une formation qui allie sur 3 mois :

- ✓ Des séquences de **formations collectives** pour acquérir des outils et partager votre expérience avec des pairs.
- ✓ Des séances de **coaching individuels** pour travailler sur vos besoins personnels d'organisation de votre activité.



OBJECTIFS

À l'issue de cet accompagnement, vous serez en mesure de :

- ✓ Trouver un rythme de travail efficace
- ✓ Organiser votre emploi du temps
- ✓ Effectuer vos tâches quotidiennes avec plus de sérénité.
- ★ Retrouver un équilibre vie personnelle/vie professionnelle.

Séquencement de la formation

MOIS 1

1 journée
de Formation
collective

- Apprendre à distinguer les priorités
- Planifier son activité
- Organiser son emploi du temps de manière efficace



MOIS 2

2 heures
de Coaching
Individuel

- Détermination d'un objectif personnel
- Mise en place d'un plan d'action individuel
- Travail sur les ressources/forces pour atteindre l'objectif



MOIS 3

½ journée
de Bilan en collectif

- Retour sur le parcours de la formation
- Constat sur les améliorations, les forces
- Travail sur les axes d'amélioration, faiblesses qui persistent
- Projection sur l'après



Dates des sessions 2023

Public

Entrepreneurs
Professions libérales
Dirigeants TPE-PME
Jeunes start-up

Lieu

sur site
ou
8 avenue de Verdun, 01800 Meximieux

Dates

3 sessions sur 2023

✓ PREMIÈRE SESSION

Formation initiale le **21/03/2023** de 8h30 à 16h30
Bilan le **30/05/2023** de 8:30 à 12:00

✓ SECONDE SESSION

Formation initiale le **09/06/2023** de 8:30 à 16:30
Bilan le **22/09/2023** de 8:30 à 12:00

✓ DERNIÈRE SESSION 2023

Formation initiale le **06/10/2023** de 9:00 à 17:00
Bilan le **08/12/2023**

Vanessa Accettola

Coach Professionnel et personnel depuis 2018, j'accompagne les personnes qui souhaitent retrouver de l'épanouissement dans leur quotidien, un équilibre dans leur vie personnelle et professionnelle. Je suis également praticienne du Reiki Usui au niveau 2.

MON PROFIL

- ✓ 10 années d'expérience dans la gestion de la réclamation clients
- ✓ Coach et Formatrice auprès des entreprises et CFA depuis 2019
- ✓ Une approche opérationnelle orientée sur les résultats



Les tarifs

CETTE OFFRE COMPREND

- ✓ 1 Journée de formation : **750 € HT**
- ✓ 2 Séances de Coaching Individuel : **400 € HT**
- ✓ ½ Journée de bilan : **325 € HT**

soit **1 475 € HT** par personne



Comment nous joindre

📍 2 adresses

80, chemin des Combes,
01120 Pizay

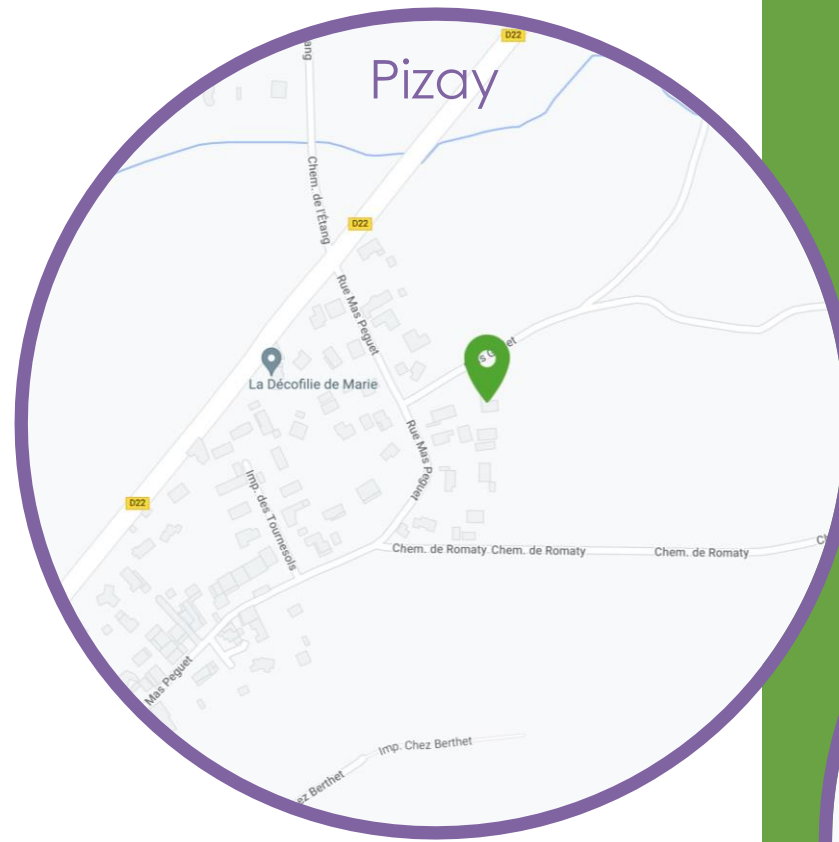
8, avenue de Verdun,
01800 Meximieux

☎ Téléphone

06 28 07 20 67

@ Email

contact@motivessence.fr





CÖRPILOTE[®]



MOTIV'ESSENCE

**Nous vous aidons à révéler qui vous êtes
et réécrire votre histoire !**

Vanessa ACCETTOLA