

Ref. :

Duration :

# 90 MN CHRONO POUR SE RÉAPPROPRIER SON TEMPS

## OBJECTIVES

Comprendre sa relation au temps.  
Constituer une boîte à outils pour gérer son temps efficacement.

## CONCERNED PUBLIC

Toute personne souhaitant gagner en efficacité dans sa gestion du temps.

Code dokélio :

## PREREQUISITE

### **Compétences acquises:**

À l'issue de la formation, vous aurez identifié votre rapport avec le temps et saurez comment en gagner au quotidien.

---