

**WORKSHOP**

## TROUVER MON JUSTE TEMPS

Des leviers pour  
utiliser mon temps  
à bon escient

### VOUS ETES

Consultant, formateur, entrepreneur

### DATES

- **Lundi 14 avril, 14h – 17h30**

Inscription :

<https://www.billetweb.fr/trouver-mon-juste-temps>

- **Mercredi 7 mai, 9h – 12h30**

Inscription :

<https://www.billetweb.fr/atelier-trouver-mon-juste-temps-mercredi-7-mai-9h-a-12h30>

### UN GROUPE REDUIT

- 4 personnes maxi
- Ouverture de l'atelier à 3

### FORMAT

- En distanciel (Zoom)
- Exercices pour des apports concrets et actionnables
- Interactivité maximale

### TARIF

249 € / participant

### CONTACT

Marie-Hélène DARCHY - 06 87 68 48 33 - mhdarchy@pulsance.fr

## Votre agenda vous martyrise ?

Le temps d'une demi journée,

**levez la tête du guidon**

et prenez soin de votre temps

Un atelier ultra **concret**  
et centré sur votre quotidien d'indépendant

Des exercices et outils  
**immédiatement actionnables**

4 personnes maxi par atelier  
pour des **échanges axés sur vos situations**

### Je prends de la hauteur

- Utiliser mon temps à **bon escient**, c'est quoi au juste ?
- Mes **10 essentiels** en matière de temps
- **Autopsie de mon agenda** : ce qui va (ou pas) dans le sens de mes essentiels

### Je passe à l'action

- Ma **semaine idéale**
- **Kit de survie** pour prioriser et être plus productif
- La magie de la **check list**

 **Avant l'atelier** : Je fais un point sur ma relation au temps grâce à un auto diagnostic. Je reçois un bilan personnalisé.

 **Après l'atelier** : Je reçois le cahier des exercices travaillés pendant l'atelier. Je peux ainsi les refaire quand je le souhaite.

