

## Les 8 clés pour relever les défis du quotidien

Engager les bonnes habitudes pour un quotidien pro et perso plus serein

### Objectifs :

S'approprier 8 bons réflexes professionnels et personnels. Engager le changement pour y parvenir avec efficacité et sérénité. Utiliser 8 outils concrets pour engager l'action et atteindre un équilibre satisfaisant.

**Durée :** 1h30

**Public :** Adhérents de France Gestion, dirigeants de TPE

**Pré-requis :** Néant

**Méthode pédagogique :** Exposé, conseils pratiques. Remise d'un support pédagogique.

**Intervenante :** Géraldine DUPONT CALVIER, formatrice et coach certifiée, conseil en management

### Programme :

- S'organiser et gérer son temps pour un agenda satisfaisant
- Ecouter, communiquer et convaincre autour de ses idées et accélérer
- Négocier, recadrer positivement pour entraîner et être suivi
- Décider et arbitrer plus vite et mieux
- Changer pour relever tous ses défis