
☞ Compétences personnelles et relationnelles

Conférence : La gestion du temps et des priorités

Contexte

Maîtriser la gestion du temps et des priorités est devenu une compétence incontournable dans le monde d'aujourd'hui. Le temps fait ce qu'il fait toujours, il file. À l'ère de la rapidité, où tout semble aller toujours plus vite, nous sommes constamment poussés à obtenir des résultats immédiats. Pourtant, pour vivre une vie équilibrée et épanouie, il est essentiel de concilier les exigences du présent avec les investissements nécessaires pour assurer un avenir durable. En participant à cette conférence, vous découvrirez comment reprendre le contrôle de votre temps et optimiser votre manière de l'utiliser, pour mieux répondre aux besoins d'aujourd'hui tout en préparant ceux de demain.

Approche pédagogique

Sous forme de présentation, de questionnement et de prise de conscience.

Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette conférence est d'une durée de 1 heure et donne droit à 0,1 UFC-UQO.

Logistique et déroulement

- La formation se déroulera via la plateforme Zoom.
- Pour assurer une bonne qualité de connexion, un accès Internet à haute vitesse et un microphone sont nécessaires.
- Bien que l'utilisation d'un ordinateur soit privilégiée, d'autres dispositifs technologiques sont également acceptés.

<https://formation-continue.uqo.ca/formation-continue/conference-gestion-du-temps-priorites>