



Atelier 7 Jours Santé (asbl)

MAÎTRE DE SON TEMPS POUR UN DÉVELOPPEMENT SEREIN DE SON PROJET D'ENTREPRISE



Cet atelier vous permettra d'identifier les démarches à mettre en place pour rester **maître de votre temps**, **améliorer votre organisation** et **gagner en sérénité**.

Durant cet atelier, vous :

- vous familiariserez avec les « **petites voix du passé** » qui influencent votre **relation au temps** ;
- définirez les **avantages** et les **inconvénients** de cette relation au temps ;
- évaluerez l'**équilibre de votre charge de travail** et identifierez vos **cycles d'efficacité** ;
- recevrez des **conseils concrets** pour une meilleure **gestion de votre agenda** ;
- co-construisez** et **échangerez** avec les formateurs et les participants autour d'une nouvelle manière de **rester maître de votre temps** ;
- découvrirez une série d'**outils pratiques** pour **préserver du temps** pour vous, au quotidien, **sans diminuer la performance** de votre entreprise.

Au plaisir de vous rencontrer lors de cette session !



Guichet d'Economie Locale de Molembeek -GEL



Rue du Lorrain, 110, 1080 Bruxelles



11 Février 2025



9h à 12h

Inscriptions à cette adresse : gel@cem.brussels



Mathieu Seron, Coach et consultant indépendant pour les entrepreneur.e.s et les équipes dans leur développement personnel et professionnel.

Michel Kaisin, Entrepreneur consultant, conseiller en prévention sécurité santé, formateur d'adultes.