

## Formation *Gestion du temps & Valeur ajoutée* Témoignages clients

« J'ai eu l'occasion de suivre la formation « Gestion du temps & Valeur ajoutée » dispensée par AESTIGIA. J'ai été très agréablement surpris car je m'attendais à entendre des banalités sur le sujet, et ce ne fut pas du tout le cas. Bien au contraire, non seulement j'ai pu comprendre le fonctionnement de notre cerveau par rapport à toutes ces questions de planification et d'organisation mais aussi et surtout découvrir une méthodologie simple, pleine de bon sens pour mieux faire face à mes échéanciers. J'ai également trouvé intéressante la hauteur de vue, la vision stratégique et la rigueur du leader mises en avant par la formation.

Mais ce qui est le plus intéressant dans l'approche de Frédéric Lucard, c'est qu'en filigrane de cette formation, il nous passe 2 messages :

- Notre gestion du temps doit être une gestion orientée business,
- On ne peut être un manager ou un entrepreneur professionnel, si on n'opère pas une gestion rigoureuse de son temps.

Au-delà de la méthode et des outils avec lesquels on ressort de cette session, je crois que ce sont ces messages qu'un bon manager devrait mettre en pratique et communiquer à ses équipes. Gérer son temps c'est être un Pro, un vrai. »

**Olivier G, consultant en stratégie**

« Gagner du temps pour gagner de l'argent. C'est déjà le cas puisqu'une demi-journée de formation suffit pour améliorer ses performances.

Un condensé net et précis, des outils rigoureux et pertinents, une démarche dynamique et éprouvée pour renouveler ses méthodes d'organisation et gérer ses projets. Cette formation est, en outre, un bon outil de gestion du stress. »

**Isabelle G, consultante en communication**

« Une formation claire et rapide qui porte ses fruits. Nous avons souvent déjà tout entre nos mains mais il suffit d'un peu d'organisation et de connaître les bonnes pratiques pour bien gérer son temps. Intervenant professionnel, compétent et à l'écoute de ses interlocuteurs. »

**Thomas L, Dirigeant.**

« Plus qu'une formation, Aestigia fournit les clés pour apprendre à gérer et optimiser son temps. Pourtant bien organisé à l'origine, j'arrive désormais à rentabiliser mon temps plus efficacement, ce qui est important pour moi qui suis en pleine création d'entreprise. »

**Grégory H, coach.**

« Formation utile avec des méthodes claires et bien définies que l'on peut mettre en application dès l'instant ».

**Coralie M, Responsable Ressources Humaines – Industrie pharmaceutique**

« Formation intéressante. Beaucoup de choses nouvelles. »

**Philippe L, Directeur Services et Qualité – Industrie pharmaceutique**

« Cette formation a parfaitement répondu à mes attentes en termes d'acquisition de méthode et d'outils de gestion du temps et des priorités.

J'ai particulièrement apprécié le fait que la formation soit donnée en une demi-journée et que chaque participant puisse sortir avec son plan d'action personnel pour la maîtrise de son temps. »

**Khadija E A, consultante.**

« J'ai beaucoup apprécié la réflexion que Frédéric nous encourage à mener en ce qui concerne notre organisation et nos ordres de priorité à fixer quotidiennement dans la rigueur et la discipline. Bravo et merci ! »

**Laurence D, consultante**

« Des outils pertinents pour mieux organiser son temps, présentés avec clarté et enthousiasme. »

**Alexandre A, Dirigeant**

« Toutes les grandes idées, principes et étapes de la gestion du temps pour un entrepreneur y sont. C'est très concret et très représentatif. Merci. »

**Lamine T, Dirigeant**

« Une formation qui sait apporter efficacité et performance et des réponses aux moments importants et imprévus avec les clients et partenaires »

**Albin P, Photographe**

« Cette formation a été très concrète et réaliste. Elle m'a permis d'identifier mes axes d'amélioration et de me projeter sereinement grâce aux outils transmis. »

**Beya Z, Dirigeante**

« Beaucoup d'éléments concrets ont été apportés durant cet atelier. Alternance entre sérieux et humour qui allège l'assimilation de l'information. Merci. »

**Abdessamad E M, CEO**

« Beaucoup de notions abordées qui vont m'aider à optimiser mon temps. J'utilise un planning par défaut et un autre qui est actualisé tout au long de la journée. »

**Roby B, Dirigeant**

« Groupe très dynamique et rebondissant aux points expliqués par Frédéric. La formation est un très bon rappel pour repartir du bon pied. »

**Maud H, Consultante**

« J'ai apprécié de revisiter les classiques de la gestion du temps à travers la notion de zone d'impact. »

**François B, Dirigeant**

« Une formation indispensable pour appréhender et se rappeler les bonnes pratiques de la gestion du temps. »

**Selim S, Dirigeant**

« Une formation complète avec cas et exercices concrets. »

**Bernard G, Dirigeant**

« Une bonne formation avec beaucoup d'exemples simples et concrets qui facilitent grandement la compréhension des actions abordées. Grande disponibilité du formateur pour les stagiaires et de nombreuses interactions »

**Alexis T, responsable commercial**

« La valeur temps est précieuse. Cette formation permet d'identifier ses zones d'impacts. Merci ! »

**Annaïg B, Coach**

« Les moments d'échanges entre participants sont importants ; l'écoute les témoignages d'expérience sont enrichissants »

**Sophie B, directrice des ventes**

« Une manière très pragmatique et originale d'aborder le sujet de la gestion du temps avec une formation utile, opérationnelle et convaincante. »

**Fabrice M, Directeur Général – Industrie pharmaceutique**

« Une formation utile, opérationnelle et précise. Un bon exercice pour mettre tout de suite en application. »

**Charlène S, Responsable RH – Industrie pharmaceutique**

« Une formation pratique qui permet de disposer d'outils concrets pour améliorer la gestion du temps. »

**Brice G, Directeur administratif et financier – Industrie pharmaceutique**

« Formation concrète et pratico-pratique qui donne des clés pour organiser son temps efficacement. »

**Kim D, Responsable projet formation – Grand groupe français de distribution**

« Outils concrets et simples pour la plupart, facilement exploitables pour soi ou pour son équipe. »

**Nathalie A, Responsable formation – Grand groupe français de distribution**

« Une formation, sur un format de demi-journée, qui va à l'essentiel, qui donne les clés et les outils

afin d'améliorer la définition des différents temps, aussi bien pro que perso. »

**Rémi D, Responsable Santé et Sécurité au travail – Grand groupe français de distribution**

« Une formation qui va à l'essentiel avec une efficacité d'apprentissage, dans un atelier court. »

**Yannick LG, Responsable formation – Grand groupe français de distribution**