



**FORMATION DIGITALE**  
***GESTION DU TEMPS ORGANISATIONNELLE***  
***& MANAGÉRIALE***



# INFORMATIONS



est membre du



AESTIGIA est co-auteur de l'ouvrage collectif du LAB RH « INNOVATIONS RH, Passer en mode digital & agile » paru en juillet 2017.

AESTIGIA est un organisme de formation conforme au décret n°2015-790 du 30 juin 2015 relatif à la qualité des actions de formation et référencé sur  Datadock

Formation professionnelle. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 44171 75 auprès du préfet de région d'Ile-de-France. *Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat*

Responsabilité Civile Professionnelle assurée auprès de MMA.



# SOMMAIRE

- LE CONSTAT UNIVERSEL SUR LA GESTION DU TEMPS (p4)**
- LES DYSFONCTIONNEMENTS VIS-À-VIS DE LA GESTION DU TEMPS (p5)**
- LES ENJEUX LIÉS À LA GESTION DU TEMPS (p6)**
- LES COÛTS LIÉS À LA GESTION DU TEMPS (p7)**
- NOS PRÉCONISATIONS (p10)**
- NOTRE PRESTATION DIGITALISÉE (p11)**
- ANIMATION (p12)**
- LE CONTENU DES MODULES (p13)**
- PÉDAGOGIE (p15)**
- EXEMPLES D'ATELIERS (p17)**
- NOS APPORTS INNOVANTS (p20)**
- VOS BÉNÉFICES (p24)**
- POURQUOI CHOISIR NOTRE OFFRE (p26)**
- TÉMOIGNAGES (p27)**
- NOS CLIENTS (p28)**
- CONSULTANTS (p29)**
- INVESTISSEMENT (p31)**
- MODALITÉS (p32)**



# LE CONSTAT UNIVERSEL SUR LA GESTION DU TEMPS

LES ORGANISATIONS ET LEURS MANAGERS SONT TOUJOURS DAVANTAGE CONFRONTÉS À UNE PRESSION TEMPORELLE QUI ENGENDRE UN STRESS, UN DÉSENGAGEMENT ET DES BURN-OUTS DE PLUS EN PLUS ÉLEVÉS AINSI QU'UNE AUGMENTATION DES RISQUES POUR LES ENTREPRISES.

CE « MANQUE DE TEMPS » S'EXPLIQUE SOUVENT PAR DES ORGANISATIONS DU TRAVAIL DÉFAILLANTES (INTERRUPTIONS PERMANENTES, CONFUSIONS ENTRE URGENCE ET IMPORTANCE, SUR-SOLLICITATION DIGITALE, INADAPTATION DES OUTILS ET DU MANAGEMENT, ETC.) QUI, EN OUTRE, NE TIENNENT PAS COMPTE DES ECLAIRAGES DES NEUROSCIENCES VIS-À-VIS DE L'OPTIMISATION DES CAPACITÉS NEUROCOGNITIVES DES COLLABORATEURS, ET DONC DES PRÉREQUIS À LEUR EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE.



# LES DYSFONCTIONNEMENTS VIS-À-VIS DE LA GESTION DU TEMPS

**EN PRATIQUE, LA « GESTION DU TEMPS » EST –TROP SOUVENT- DEVENUE UN ENJEU INDIVIDUEL ET NON PLUS MANAGÉRIAL.**

**LES MANAGERS ET COLLABORATEURS REÇOIVENT LES INJONCTIONS PARADOXALES DE :**

- ✓ GÉRER LEUR TEMPS POUR ÊTRE PLUS « PERFORMANTS » FACE AUX AUGMENTATIONS DE CHARGES
- ✓ SAVOIR DIRE « NON » POUR ÉVITER LA SURCHARGE VOIRE LE BURN-OUT
- ✓ CONCILIER TÉLÉTRAVAIL ET FLEX-OFFICE CROISSANT AVEC PRODUCTION, DISPONIBILITÉ ET INSTANTANÉITÉ FACE AUX « URGENCES » CONSTANTES
- ✓ ASSURER LEUR DÉVELOPPEMENT PERSONNEL (GESTION DU STRESS, BIEN-ÊTRE, SPORT...) POUR CONFIRMER LEUR EMPLOYABILITÉ (EFFICACES, PERFORMANTS, INVENTIFS, EMPATHIQUES, PSYCHOLOGUES, SOCIABLES, DE BONNE HUMEUR ...)
- ✓ ETC.

**POUR FAIRE FACE ET RÉSISTER A UN MONDE DE PLUS EN PLUS *VICA* (VOLATILE, INCERTAIN, COMPLEXE ET AMBIGU) :**

- CHARGE DE TRAVAIL CROISSANTE ET RÉDUCTION DES EFFECTIFS
- NOUVELLES OBLIGATIONS A INTÉGRER (RÈGLEMENTAIRE, REPORTING, COMPLIANCE ...)
- MUTATION DES ENTREPRISES ET DE LA SOCIÉTÉ (TRANSFORMATION DIGITALE, GLOBALISATION, MONDIALISATION ...)
- INFLATION DE L'INFORMATION, DES PROCÉDURES, DES REPORTINGS ET DES CONTRÔLES
- INADAPTATION DES OUTILS, DU MANAGEMENT ET DES PROCESSUS POUR FAIRE Y FAIRE FACE



# LES ENJEUX LIÉS À LA GESTION DU TEMPS

- LES ENJEUX DE PRODUCTIVITÉ
- LES ENJEUX ORGANISATIONNELS
- LES ENJEUX DE SÉCURITÉ/QUALITÉ
- LES ENJEUX DE STRESS ET D'ÉQUILIBRE DE VIE
- LES ENJEUX DE DESENGAGEMENT ET D'ABANDONS DE POSTES
- LES ENJEUX BUSINESS
- LES ENJEUX DE RÉPUTATION ET DE MARQUE EMPLOYEUR
- LES RISQUES DE COMPLIANCE (LIÉS À L'EXTRA-TERRITORIALITÉ DU DROIT US)
- LES CONSÉQUENCES DE LA DIGITALISATION SUR L'INFLATION INFORMATIONNELLE ET LES LIMITES DES CAPACITÉS COGNITIVES
- ...
- QUELS SONT VOS ENJEUX ??



# LES COÛTS LIÉS À LA GESTION DU TEMPS

- SOUS-PRODUCTIVITÉ
- SOUS-QUALITÉ
- ALLONGEMENTS DES DÉLAIS
- INSATISFACTIONS CLIENTS
- INSÉCURITÉ JURIDIQUE & LOI SAPIN 2
- CONSÉQUENCES DU STRESS
- RISQUES DE BURN-OUTS / PERSONNES CLÉS / CONTINUITÉ DU BUSINESS
- COÛTS CACHÉS ANNUELS\*...
- **BAISSE DE RENTABILITÉ**
- ...
  
- **QUELS SONT VOS COÛTS ??**

\*De 20 à 40 K€ par an et par collaborateur. 80 % sont liés à la gestion du temps



**UNE BONNE GESTION DU TEMPS, NÉCESSAIRE À TOUTE  
ENTREPRISE, S'AVÈRE D'ABORD ÊTRE  
ORGANISATIONNELLE AVANT D'ÊTRE INDIVIDUELLE.  
ELLE CONCERNE DONC CHAQUE COLLABORATEUR ET  
MANAGER.**



**VOTRE BESOIN**

**Formation**

**Ou...**

**TRANSFORMATION ?**



# NOS PRÉCONISATIONS

Former et se former consiste à apprendre à mettre en œuvre de nouvelles postures, méthodes, pratiques...

Former vos équipes vise donc à **favoriser un changement efficient et durable** en faveur de vos objectifs.

Au-delà du contenu des formations, il convient donc de vous proposer des *modalités pédagogiques* qui **favorisent la mise en œuvre et le *taux de transfert*\*** des connaissances, au bénéfice de vos résultats et de la pérennité de votre entreprise.



\*Voir les principes de la *neuropédagogie* et notre livre blanc « Améliorer ses taux de transfert en formation » en pièce-jointe

# NOTRE PRESTATION DIGITALISÉE

## FORMATION COLLABORATIVE :

- QUESTIONNAIRE PRÉALABLE
- SIX MODULES D'ENVIRON UNE HEURE (FORMAT CLASSE VIRTUELLE)\*
- LIVRET ET SUPPORTS DE FORMATION
- QUATRE SESSIONS DE COACHING POST-FORMATION À FORT *TAUX DE TRANSFERT* (MISE EN ŒUVRE)

## ABONNEMENT AU LMS AESTIGIA COMPRENANT :

- L'ACCÈS AU SUPPORT DE FORMATION RÉGULIÈREMENT MIS À JOUR
- L'ACCÈS AUX RESSOURCES (ARTICLES PRESSE, VIDÉOS PÉDAGOGIQUES, ETC.) RÉGULIÈREMENT MISES À JOUR
- L'ACCÈS AU WEBINAIRE MENSUEL DE COACHING ET AUX REPLAYS
- L'ACCÈS À UNE COMMUNAUTÉ PRIVÉE FACEBOOK
- LA GESTION DES ÉVALUATIONS (A CHAUD ET À FROID)

\*CF fiche pédagogique



# ANIMATION

Intervenir sous forme d'ateliers collaboratifs permet de favoriser la socialisation, l'intelligence collective, la dynamique de groupe, la créativité, le sentiment d'appartenance et d'utilité, le sens et donc *in fine* l'engagement des participants. Ce que l'on regroupe souvent sous la dénomination d'innovation managériale.

L'intervention comprend donc une partie formation et des ateliers digitalisés et animés en distanciel synchrone (classes virtuelles) ou asynchrone.



# LE CONTENU DES MODULES

- **UNE PARTIE DE *GESTION DU TEMPS & VALEUR AJOUTÉE*\* ADAPTÉE AUX MANAGERS**
- **LES AVANTAGES DU TRAVAIL À DISTANCE**
- **LES NOUVELLES POSTURES MANAGÉRIALES À DISTANCE**
- **LES BONNES PRATIQUES MANAGÉRIALES ET COLLABORATIVES**
- **LES OUTILS COLLABORATIFS ADAPTÉS**
- **LES CLEFS DU SUCCÈS (CONFIANCE, COHÉRENCE, CONTRÔLE, OBJECTIFS, SENS)**

\*CF fiche pédagogique



# LE CONTENU DES MODULES

## CONTENU *GESTION DU TEMPS & VALEUR AJOUTÉE\** :

Tour de table et quizz / objectifs

### Module 1 : Introduction

Atelier collaboratif

### Module 2 : Les freins à l'efficacité à la lumière des neurosciences

Le manque de sommeil, l'attention, le multitâches, les interruptions, les biais cognitifs...

### Module 3 : Les 6 étapes clefs

Une fois pour toute, Lister ses tâches, Evaluer leur durée, Les planifier, Les prioriser, Savoir jeter...

### Module 4 : Les autres étapes

Elimination et Automatisation

Le travail et les outils collaboratifs

### Conclusion

Nouvelles formes d'organisation, de pilotage, de management...

Passer d'une structure inefficace à efficace de l'emploi du temps

\*Pour plus de détails, CF fiche pédagogique



# LE CONTENU DES MODULES

## PÉDAGOGIE\* :

La formation digitale alterne quizz, ateliers collaboratifs digitaux, exposés, vidéos et travaux pratiques, dans un livret personnel, qui permettent de finir les modules avec un plan d'action personnalisé et immédiatement applicable et de préparer le coaching post-formation.

La pédagogie très simple s'appuie sur les apports des sciences cognitives, des neurosciences et de l'interactivité afin d'optimiser la compréhension et l'appropriation par chacun des bonnes pratiques à mettre en œuvre, aidé par un coaching post-formation qui permet d'améliorer considérablement le *taux de transfert*.

\*Pour plus de détails, CF fiche pédagogique



# LE CONTENU DES MODULES

Nous vous proposons d'organiser des sessions collaboratives en classes virtuelles qui comporteront trois principaux temps forts, en plus des temps de formation :

**Un atelier d'ouverture de type catharsis pour purger les situations tendues et/ou les résistances au changement (1h)**

**Un atelier de recentrage pour brainstormer sur les dysfonctionnements et/ou les (bonnes) pratiques à mettre en place (1h)**

**Un atelier de plan d'action pour lancer concrètement le changement à mettre en place et engager les participants (1h)**





# EXEMPLES D'ATELIERS

## Atelier digitalisé de recentrage

« Scenarii rose et noir » ou « World café »



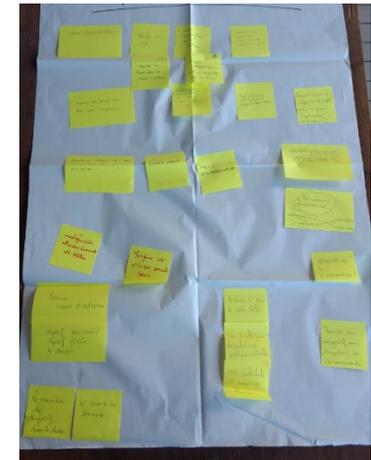
Mieux percevoir un projet ou une organisation  
(Lors de cet atelier, le partage de bonnes pratiques et d'exemples de télétravail efficace et vertueux sera exposé aux managers)



Durée : 1h



- Dans le cadre d'une réunion pour un nouveau projet afin de mettre en évidence ses enjeux et ses conditions de réalisation.
- Pour renforcer les liens entre les membres d'une nouvelle équipe.



# EXEMPLES D'ATELIERS

## Atelier digitalisé de plan d'action

« Histoire du futur »



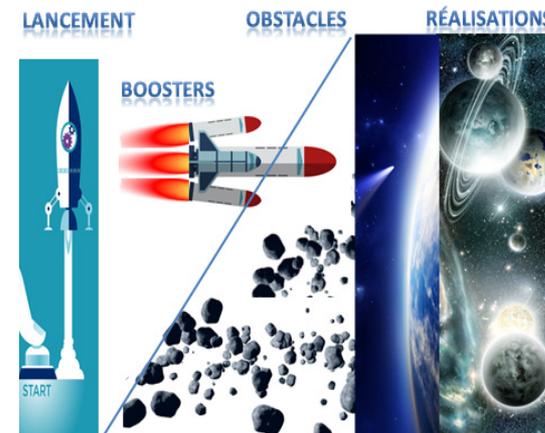
Mieux percevoir un projet ou une organisation



Durée : 1h



- Dans un projet pour donner du sens à un plan d'action et générer de l'engagement.
- Face à un changement, pour aligner collectivement les membres d'une équipe vis-à-vis de leurs actions.



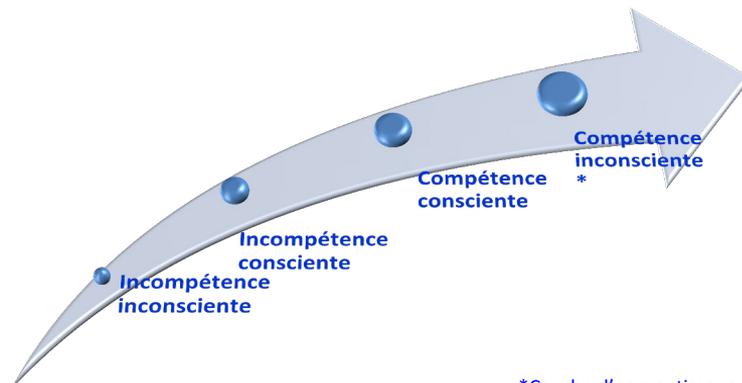
# NOS APPORTS INNOVANTS

## Des outils expérientiels et collaboratifs

Nous accompagnons nos clients pour les aider à développer les compétences transverses de leurs collaborateurs, lancer et animer des communautés apprenantes et générer de l'engagement. Nous utilisons pour cela des séries d'ateliers collaboratifs cohérents qui alternent convergence et divergence et se basent sur les apports des neurosciences en faveur d'un changement efficace et durable.

## Des apports académiques validés par la pratique

- 21 jours minimum pour créer de nouvelles connexions neurocognitives ...
- Le modèle du point de rupture de Gladwell...
- Le modèle de l'apprentissage par l'expérience de Kolb...
- Introduction à la conduite du changement *agile*...



\*Courbe d'apprentissage d'Abraham Maslow...



# NOS APPORTS INNOVANTS

Nous développons des méthodologies efficaces de préparations et d'animations qui permettent l'appropriation et l'engagement des participants...

Les étapes de l'engagement

3 – Phase d'engagement

2 – Phase d'acceptation

1 – Phase de préparation

Contact

Prise de conscience

Expérimentation / Pilote

Perception positive

Compréhension

Adoption

Internalisation



# NOS APPORTS INNOVANTS

Nous développons des méthodologies efficaces de préparations et d'animations qui permettent l'appropriation et l'engagement des participants...

## 1] Au cours du séminaire

### Effectuer une catharsis

Une purge initiale des non-dits est souvent nécessaire pour obtenir l'engagement. Ce qui sera favorisé avec l'outil anonyme *Klaxoon* ou *Wisembly*. Garantie nécessaire mais non suffisante à une issue favorable du séminaire.

### Accroître le sentiment d'utilité des participants

Plus les participants se sentent utiles à l'objectif et plus ils ont envie de poursuivre. Ce qui peut être fait avec un atelier type *L'histoire du futur* et sa suite à mettre en œuvre.

La mise en œuvre des « petits pas » est souvent pertinente. Mieux vaut une succession de 10 petits pas qui seront menés aisément plutôt qu'un immense qui restera lettre morte...

## 2] A la fin du séminaire

### Créer des attentes vis-à-vis de la suite

Les participants doivent désirer la suite autant qu'ils ont souhaité réaliser les étapes du séminaire (les ateliers de management). Veiller à entretenir cette flamme.

### Rythmer la suite par des engagements à court terme

### Donner l'avant-goût de la suite

Commencer autant que faire se peut la suite en cours de séminaire. Ce qui peut être fait avec la partie 3 de *L'histoire du futur* (les actions à engager pour ensuite atteindre les réalisations envisagées).

Un séminaire peut être considéré comme le début d'une véritable aventure collective avec des rebondissements, une part d'affectif et un but commun... Une aventure\* à entretenir !

### Créer une aventure collective



# EXEMPLES D'INTERVENTIONS

## Prestations collaboratives récentes

sopra  steria

  
LOIRE HAUTE-LOIRE

VINCI   
ENERGIES

 GRTgaz

  
chaque  
jardin  
compte  
LES ENTREPRISES DU PAYSAGE

Unep  
Union Nationale  
des Entreprises  
du Paysage



# VOS BÉNÉFICES

- **MEILLEURS PRODUCTIVITÉ, QUALITÉ, RAISON D'ÊTRE, BIEN-ÊTRE, ENGAGEMENT ET EFFICACITÉ INDIVIDUELLE ET ORGANISATIONNELLE**
- **MEILLEURE ACCEPTATION, ORGANISATION ET EFFICACITÉ VIS-À-VIS DU TÉLÉTRAVAIL ET DU FLEX-OFFICE**
- **ADAPTATION MANAGÉRIALE AUX NOUVEAUX ENJEUX DE TRANSFORMATION DIGITALE**
- **DIMINUTION DU STRESS DES MANAGERS**
- **AMÉLIORATION DU TRAVAIL EN ÉQUIPES**
- **FORTE AMÉLIORATION DE LA RENTABILITÉ ANNUELLE\***

\*Mesurable et financièrement valorisable



# VOS BÉNÉFICES

**EXEMPLE :**

**TOUTE ORGANISATION PEUT FACILEMENT GAGNER AU MINIMUM DE 6 402 À 9 860 EUROS PAR AN ET PAR COLLABORATEUR EN CHOISSANT DE MIEUX GÉRER SES TEMPS.**

<https://www.aestigia.com/blog/les-vrai-gains-dune-bonne-gestion-du-temps-et-a-contrario-les-couts/>



# POURQUOI CHOISIR NOTRE OFFRE

**Parce que** nous sommes convaincus qu'accompagner nos clients vers un management plus cohérent et une organisation plus efficace leur permet d'avoir à la fois des collaborateurs plus engagés et épanouis dans leur travail et d'être plus compétitifs, profitables et donc pérennes.

**Parce que la gestion du temps** conditionne à la fois les résultats ET la qualité de vie. Parce qu'elle **est davantage organisationnelle** qu'individuelle. Parce qu'elle constitue, notamment, les fondations d'une bonne organisation, nous œuvrons pour remettre la gestion du temps au cœur de l'entreprise à travers une **approche innovante**.

Grâce à notre offre de formation digitale en **Gestion du temps organisationnelle & managériale** qui s'appuie sur les neurosciences et allie seulement 06 heures de formation (**en distanciel synchrone ou asynchrone**) à notre coaching post-formation\* qui booste les taux de transfert et permet donc une **mise en œuvre efficiente et durable**, et à notre formule LMS & Coaching mensuel ; tous deux uniques sur le marché .

Qui fait bénéficier nos clients de davantage d'efficience, de bien-être et donc de rentabilité.

\*Au cours des 21 jours suivants



# TÉMOIGNAGES

« Le lien que fait la formation avec les neurosciences est pertinent. »

Davy S, Manager – EDF

« La formation est captivante grâce à l'animation. Le support de présentation est de qualité, les nombreuses citations illustrent parfaitement les idées à faire passer. »

Ludovic B, Chef de section Combustible/Déchets – EDF

« Un formateur de grande qualité qui a permis de bons échanges réalistes sur la mise en application des concepts et qui a présenté des outils simples et rapides à mettre en place. »

Ludovic R, Chargé de Commercialisation – Carmila

« L'intervenant nous fait rentrer dans la formation grâce à son énergie, son attitude toujours positive, son charisme et la parfaite maîtrise de son sujet. »

Pierre-Marie D, Responsable Régional – Carmila

« Formation claire et précise. Formateur clair et impactant. »

Damien T, Responsable conception – Carrefour Property

« Informations actualisées, formateur très pédagogue, littérature recommandée (livres) »

Daniel P, Acheteur immobilier – Carrefour Property

« Une excellente formation qui fait un tour très complet et très pertinent du sujet grâce au suivi proposé (coaching), à la documentation et aux articles en complément et à la pédagogie et au comportement du formateur ! »

Cédric F, QC Engineer – Gaming1

\*Au cours des 21 jours suivants



# NOS CLIENTS



Unep  
Union Nationale  
des Entreprises  
du Paysage

