

Gestion de temps

Réalisé par: Nada stitou
En cadre par: Prof.Essarraaj fouad



Définition

La gestion du temps est la discipline de l'emploi de son temps personnel. Ne pas confondre la gestion du temps avec la gestion de temps de la gestion de projet

La règle de 2 min :

Tout ce que vous pouvez faire en moins de 2 minutes faites tout maintenant

Préparez votre lieu de travail :

- L'entreprise **Toyota** avait inventé la
- **méthode des 5S:**



- 1) Seiri** => le rangement de l'espace : **supprimer l'inutile**
- 2) Seiton** => ordonner et classer vos dossiers : **Rangez et classez de manière à limiter les déplacements physiques.**

- L'entreprise **Toyota** avait inventé la
- **méthode des 5S:**

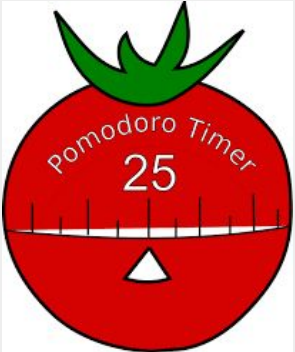


3) Seiso => nettoyer

4) Seiketsu => procédures (exemple : à faire/en cours/fait/à archiver)

5) Shitsuke => éduquer

Structurez vous journée :

Matin	<ul style="list-style-type: none">-Urgentes-Important <div data-bbox="1367 358 1624 508">60-120 min</div>
Après-midi	<ul style="list-style-type: none">-Récurrentes-Secondaires <p>(25 min travail ,5 min pause)</p> <div data-bbox="1435 647 1731 1002">A graphic of a red tomato with a green stem and leaves. The tomato is divided horizontally into two halves. The top half is labeled 'Pomodoro Timer' and '25'. The bottom half has a white triangle pointing upwards, indicating the progress of the timer.</div>

Traitez vos mails sans perdre de temps:

- Définissez **3 ou 4 moments pour traiter vos mails** dans la journée
- appliquez **la règle des 2 minutes** pour les autres mails.