



# Time Hacking

En finir avec les “j’ai pas le temps”



## Programme E-learning (durée : 2 h 30)

### → MODULE 1 : CONSTRUIRE SA TRAJECTOIRE POUR CADRER VOS PRIORITÉS

- Chapitre 1 : Bienvenue dans ce programme
- Chapitre 2 : Déterminer sa destination
- Chapitre 3 : De la théorie à la pratique
- Quizz

### → MODULE 2 : DÉTERMINER LES ÉTAPES ET/OU LE SYSTÈME

- Chapitre 1 : Déterminer les étapes
- Chapitre 2 : Déterminer votre système
- Chapitre 3 : De la théorie à la pratique
- Quizz

### → MODULE 3 : GÉRER L’EXISTANT ET L’ENTRANT

- Chapitre 1 : L’outil de base
- Chapitre 2 : Faire le tri de l’existant
- Chapitre 3 : De la théorie à la pratique
- Quizz

### → MODULE 4 : PRENDRE DES DÉCISIONS

- Chapitre 1 : Le chemin d’une prise de décision
- Chapitre 2 : 3 outils d’aide à la décision
- Chapitre 3 : De la théorie à la pratique
- Quizz



# Time Hacking

En finir avec les “j’ai pas le temps”



## Programme E-learning (durée : 2 h 30)

### → MODULE 5 : PLANIFIER EFFICACEMENT

- Chapitre 1 : Le découpage d’une journée
- Chapitre 2 : La planification à long terme
- Chapitre 3 : De la théorie à la pratique
- Quizz