



## Gestion du temps 2

### Descriptif

Gestion du temps « 2 » est une occasion de voir l'évolution de l'humain dans le temps et dans les choix de vie. La compréhension du passage du temps a évolué avec les changements technologiques, le marché du travail et la compétition internationale. L'être humain qui a naturellement les compétences de survie et de reproduction est appelé aujourd'hui à consacrer l'essentiel de ses énergies à la production, dans un cadre relationnel organisé pour satisfaire à ces objectifs d'efficacité et de productivité.

C'est l'occasion de prendre une pause, de comprendre comment l'humain évolue pour faire le point sur sa réalité, sa situation de vie, son vécu quotidien. Plus le temps passe, plus il semble échapper à toute planification et cela nous éloigne souvent des choix de vie imaginés ou espérés.

C'est l'occasion de s'arrêter, de prendre une distance, de s'interroger et de le faire pour soi.

- Qu'est-ce que le temps qui passe ? La notion de temps est-elle la même pour nous tous ou pour tous les humains ? La culture crée-t-elle des différences ?
- La vie comporterait-elle des crises, des cycles et dans quel but, comment cela nous affecte-t-il ?
- Quelles sont les conséquences de nos divers choix de vie aux plans du travail, de la résidence et des autres activités sociales ?
- Y a-t-il un rationnel derrière nos choix ? Quelles différences existent entre les buts et les objectifs, les besoins et les désirs ?
- Comment mieux se connaître, comment planifier en fonction d'objectifs qu'il faut peut-être actualiser ou renouveler ?
- Avons-nous choisi ce que nous voulions, en avons-nous encore besoin ?

Voilà quelques questions, certes existentielles, mais que se posent plusieurs et auxquelles la formation vous conduira à des pistes de réflexion approfondies ?

C'est l'occasion ou jamais de prendre une pause, de réfléchir à ce que nous aimerions encore vivre et de s'assurer d'affirmer nos choix. C'est entrevoir quels changements sont possibles afin de réaliser des rêves en projets et de prendre les moyens pour améliorer sa situation tant personnelle que professionnelle.

Si ce défi vous intéresse, inscrivez-vous.

**Heures reconnues : 6 h**

## Formateur : Yves Lussier, CRIA



Monsieur Yves Lussier est conseiller en relations industrielles agréé. Il œuvre depuis le début de sa pratique dans le domaine des litiges et des conflits en emploi. Expérimenté dans le domaine de la résolution de conflits, il a exercé devant des instances quasi judiciaires pour la Commission des normes; il a fait des enquêtes contradictoires publiques et administratives ainsi que de la représentation pour la Commission des droits. Il exerce également des mandats de résolution de conflits et de formation pour des organismes publics et privés. Chargé de cours à la maîtrise à l'Université de Sherbrooke, il poursuit des études au 3e cycle en Pédagogie de l'enseignement supérieur.

Il a développé une expertise en conciliation, en médiation et négociation de litiges notamment en matière de pratiques discriminatoires, de harcèlement, de violence et d'autres problématiques en milieu de travail, dont la gestion des communications interpersonnelles et la gestion du temps. Il est conférencier et formateur pour divers ordres professionnels, il a contribué à développer des approches visant à améliorer les capacités de communication interpersonnelles, à dénouer des situations de litige et à améliorer les climats de travail.

### Tarifs

Membres : 165 \$

Candidats à l'exercice : 165 \$

Étudiants inscrits : 82,50 \$

Étudiant-Mentorat universitaire : 82,50 \$

Membres de 65 ans et plus/Membres d'honneur : 82,50 \$

Membres d'un organisme [partenaire de l'OTTIAQ](#) : 165 \$

Non-membres : 289 \$

M'inscrire

