

# RÈGLES D'OR DE LA GESTION DU TEMPS

Être un bon professionnel ne suffit plus, il faut le faire savoir. Durant cet atelier, vous allez acquérir des outils concrets et une nouvelle façon de vous positionner afin de prendre votre place au sein de votre vie professionnelle et personnelle.

## THÈMES ABORDÉS

Prendre conscience de l'impossibilité d'augmenter la quantité de temps et par conséquent, en développer la qualité

Identifier et comprendre sa relation au temps pour en faire un atout professionnel

Optimiser mon temps pour ne plus en perdre

Retrouver le bon équilibre vie pro / vie perso

## RÉSULTATS VISÉS

Découvrir comment élaborer de nouveaux systèmes d'organisation, une nouvelle relation au temps

Coach professionnelle passionnée par les relations humaines depuis toujours, Carole Perez accompagne de nombreux dirigeants, cadres supérieurs et entrepreneurs. Par sa grande intuition, sa précision, sa capacité à déceler les talents et sa façon naturelle d'aller droit au but, elle amène ses clients à transformer leurs défis en succès et à atteindre leur plein potentiel. Avec ses compétences de coach et sa grande expérience de femme d'affaires, Carole Perez présente un profil unique apportant une réelle valeur ajoutée aux professionnels qui désirent agir activement pour atteindre leurs objectifs et aux entreprises qui désirent rendre leurs équipes plus performantes.

« UNE FEMME D'ACTION, DE RÉSULTATS ET DE COEUR »

**CAROLE PEREZ**  
COACH PROFESSIONNELLE



CAROLE PEREZ DÉTIENT UN CERTIFICAT D'AGRÈMENT DE FORMATEUR ÉMIS PAR **EMPLOI-QUÉBEC**  
SUBVENTIONS ALLANT JUSQU'À **50%**

Plus d'infos sur [www.caroleperez.ca](http://www.caroleperez.ca)  
1176 Rue Bishop, Montréal, QC H3G 2E3  
514-942-2626

**leader**  
**en action** ✓