



essor  
CARRIÈRE  
Valoriser les potentiels

# ATELIER

*Mieux gérer son temps  
et ses priorités*

## ***Objectifs***

1. Reprendre possession de son temps
2. S'organiser au quotidien
3. Poser ses limites (savoir dire non) et se préserver

## ***Concrètement...***

- Votre perception / vos attentes
- Connaître et comprendre ses comportements habituels
- Observer le présent et imaginer l'idéal
- Dessiner la carte de ses missions essentielles
- Découvrir et partager quelques outils pour gérer son temps



## 2023

- 19 septembre à Brest  
22 rue Algésiras - 1er étage
- 28 septembre au Faou  
Pépinière d'entreprises, Zone de Quiella
- 11 octobre à Morlaix  
4 bis place René Cassin
- 14 novembre à Landerneau  
4 rue Ingénieur Jacques Frimot (Hôtel  
d'entreprises de Mescoat)
- 06 décembre à Plouvien  
192 rue des Abers

## 2024

- 10 janvier à Brest
- 11 janvier à Lanester  
89 rue Gaspard Monge
- 16 janvier à Plouvien
- 07 février à Landerneau
- 15 février au Faou
- 14 mars à Morlaix
- 20 mars à Quimperlé  
Maison de l'économie Quimperlé Communauté  
34 rue Ferdinand Buisson, 29300 Mellac



*Inscription par votre conseiller, par mail à [contact@essor-carriere.com](mailto:contact@essor-carriere.com)  
ou par téléphone au 02 98 63 72 45*