

VOLET EN PARTENARIAT

Formation à distance avec Virginie Chrétien : Mieux planifier l'emploi du temps et des priorités

Date : 2 novembre de 9h à 11h20 ; 4 novembre de 9h à 11h20 ; 6 novembre de 9h à 11h50

Lieu : formation en ligne

Coût d'inscription : 50\$

Nombre d'heures : 7 heures de formation

Formation en partenariat avec *En Piste*, *regroupement national des arts du cirque*, *Illustration Québec*, **Regroupement des artistes en arts visuels (RAAV)**, **Regroupement québécois de la danse (RQD)**

Gérer son temps efficacement n'est pas une simple question d'application de méthodes et de recettes jugées garanties. La formation proposée permet de considérer autrement le temps survalorisé par nos sociétés de performance, pour examiner des façons alternatives de planifier, d'utiliser et surtout, de « vivre » son temps de travail. Ainsi, une saine gestion du temps sera abordée d'après le principe global de vision ; voir maintenant, à moyen et à long terme, agir mieux plutôt que faire plus, et aiguïser la position de témoin à l'égard de l'utilisation de son temps et des situations rencontrées. La formation sera bénéfique à qui souhaite le développement optimal de ses projets et/ou de son organisme, tout en vivant globalement plus de satisfaction grâce à un emploi du temps plus équilibré.

À la fin de cette formation, les participant.e.s auront acquis un savoir-faire qui leur permettra de :

- Comprendre l'importance de planifier le travail ;
- Analyser et modifier les habitudes de travail ;
- Identifier les obstacles à une bonne gestion de temps ;
- Découvrir des méthodes et outils de gestion de temps ;
- Adopter des pratiques de gestion qui favorisent la mise en place de conditions de travail axées sur la responsabilisation et le bien-être des personnes.

Virginie Chrétien est artiste en arts visuels et œuvre comme professionnelle pour son expertise dans le domaine des arts. Son intérêt pour le développement des personnes et des organisations la conduit à faire l'expérience d'accompagnements qui touchent différentes sphères de la pratique artistique et organisationnelle. Cet accompagnement auprès d'artistes et d'organismes culturels, sous forme de direction, de coaching, de consultation ou de formation, s'ajoute entre autres à son engagement comme chargée de cours au sein du programme court de 2e cycle en étude de la pratique artistique (UQAR) ou à titre de spécialiste au MCC pour l'application de la politique d'intégration des arts à l'architecture. Virginie Chrétien a complété un baccalauréat en arts plastiques à l'Université Laval (2000) ainsi qu'une maîtrise en art à l'UQAC (2007).

Cette formation reçoit le soutien financier d'Emploi Québec et est réservée aux employé.e.s de centres d'artistes et de petits organismes culturels, ainsi qu'aux artistes professionnel.le.s et aux travailleurs.euses autonomes du domaine culturel.

Avec la participation financière de



Avec la collaboration de :

