

# RESSOURCES & VOUS

LA LIBERTÉ D'APPRENDRE  
N'A JAMAIS ÉTÉ AUSSI GRANDE !

N°16

L'été a peut-être été l'occasion de rythmer vos journées autrement et de prendre du temps. Avec la rentrée, les contraintes horaires sont de retour. Alors comment faire pour ne pas se retrouver une nouvelle fois tiraillé par le temps et essayer de prolonger le plus longtemps possible l'effet des vacances ? Peut-être en jouant du mieux possible avec le temps qui nous est imparti... on vous partage quelques idées !



## #SEDÉVELOPPER



### L'ASTUCE DU MOIS

#### **La lecture rapide : un atout pour gagner en efficacité au travail**

Au travail, la lecture rapide peut être un outil intéressant : être capable de lire rapidement en retenant l'essentiel est un formidable atout lorsque le temps n'est pas extensible. Grâce à des exercices simples et un entraînement régulier, cette méthode permet d'augmenter sa vitesse de lecture, mais aussi sa stratégie, d'organisation, d'apprentissage, de mémorisation et de gestion du temps... Le temps gagné par une lecture rapide vous permet de dégager davantage de temps pour vos autres



### L'ARTICLE DU MOIS

#### **La recherche du temps : une analyse de notre rapport à l'urgence**

L'histoire de notre rapport au temps est marquée par une accélération progressive du rythme de la vie. Si le paysan du Moyen-Âge le voyait défiler au rythme des saisons et des récoltes, comment l'avènement des moyens de communication modernes (Internet et e-mail, téléphone mobile...) et d'une forme de capitalisme, exigeant souvent une rentabilité à court terme, a-t-elle impacté les individus, les sociétés, la politique ou l'économie ? Plusieurs chercheurs se posent la question

missions. Mohamed Boclet est vice-champion du monde de lecture rapide. En vidéo, il vous donne tous ses conseils pour apprendre ce sport du cerveau !

[Je regarde !](#)

de notre rapport au temps et de son accélération dans nos sociétés de plus en plus connectées par le biais des nouvelles technologies.

[Ça m'intéresse !](#)

## #LECOINLECTURE

### YouScribe

Comment trouver un équilibre entre différents impératifs et ne plus laisser filer des minutes déterminantes pour notre réussite – et notre bien-être au travail ? En réalité, vous pouvez faire jusqu'à 2 fois plus de choses dans la journée, simplement en gérant mieux votre temps. Cette compétence n'est pas innée, mais rassurez-vous, il y a des méthodes simples de gestion du temps et vous pouvez les apprendre ici. Cette sélection d'ouvrages vous apprendra à « guider la danse », plutôt que de subir votre rythme de travail.

**Découvrez notre sélection d'ouvrages à lire sur YouScribe !**

[Ça m'intéresse !](#)

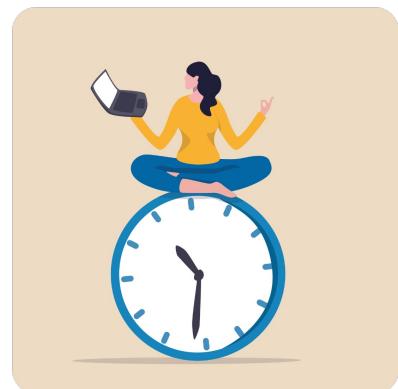


## #S'INSPIRER



### CONFÉRENCE INSPIRANTE

**Comment mieux gérer votre temps ?**  
Pour cette conférence de rentrée, nous vous proposons d'aborder le sujet de la



### LA VIDÉO DU NET

**Et tout le monde s'en fout : le temps**  
Et tout le monde s'en fout est une web série traitant à chaque épisode d'un sujet

gestion du temps : une des principales sources de stress professionnel. Jules Zimmermann, auteur, formateur, enseignant à la Sorbonne et conférencier en créativité, viendra vous faire part de son expérience et répondre à vos interrogations le 29 septembre prochain.

[Je m'inscris !](#)

différent qui nous a fait « saigner du nez », et qui mérite que l'on s'attarde dessus... histoire de changer le monde. Un produit éditorial terriblement efficace qui traite des préoccupations du quotidien : l'amour, la violence, les politiques, l'éducation, etc. Au programme de la vidéo du jour : le temps.

[Je regarde !](#)



## Quelles sont vos meilleures pratiques pour gérer efficacement votre temps ?

Il semble qu'il n'y ait jamais assez de temps dans la journée. Mais, puisque nous avons tous les mêmes 24 heures, comment se fait-il que certaines personnes obtiennent tellement plus de résultats avec leur temps que d'autres ? La réponse réside dans une bonne gestion du temps, avec des outils pour nous aider à reprendre la main sur nos heures de travail et à réfléchir plus attentivement à notre routine quotidienne.

Il n'y a pas qu'une seule bonne manière de gérer son temps, alors on vous pose la question : quelles sont vos meilleures pratiques pour gérer efficacement votre temps ? Nous ferons profiter vos collègues de vos meilleures astuces dans un prochain numéro !

[Je réponds !](#)

**Votre ambition** au service de ce qui compte vraiment.



**Yvelines**  
Le Département



[Se désabonner | Gérer votre abonnement](#)

Conseil départemental des Yvelines - 2 place André Mignot 78000 Versailles