

OBJECTIF

Reprendre la main sur ses journées.

Pas pour aller plus vite ni en faire plus : pour arrêter de subir et commencer à piloter son temps réel.

1 ✓ Une journée, ce sont des blocs finis

- Un bloc : un sujet unique, une intention claire, une durée définie, une fin assumée.
- Durée recommandée : 30 min à 2 h maximum.
- On s'arrête quand le bloc est terminé, même si tout n'est pas parfait.
- Micro-pause obligatoire entre chaque bloc : se lever, respirer, changer d'activité.

2 ≡ Rendre visible le prévisible

- Tout ce qui revient doit apparaître dans l'agenda : réunions, rituels, suivis.
- Une réunion, c'est un bloc de préparation et, si besoin, un bloc de synthèse.

PRÉPARATION
10 min

RÉUNION
1 h

SYNTHÈSE
10 min

3 ⚠ Planifier l'imprévisible

- Intégrer volontairement des créneaux de sécurité : 1 à 2 h selon le poste.
- Les urgences prennent la place qui leur est déjà réservée.
- Un imprévu sans place devient une dette sur le reste de la journée.

Une journée en blocs, vue de haut

BLOC IMMuable
Chiffrage chantier
8 h - 10 h

RÉUNION
Préparée, puis
synthétisée
10 h - 11 h 20

SÉCURITÉ
Réservé aux
urgences
11 h 30 - 12 h 30

BLOC MOBILE
Rédaction des devis
14 h - 15 h 30

BLOC MOBILE
Terrain, tour de chantier
15 h 40 - 17 h

PLANIFICATION
Ajuster le
lendemain
17 h - 17 h 20

Exemple de journée de conducteur de travaux. Les micro-pauses séparent les blocs.

4 ⌚ Planifier la planification

- Un agenda non révisé devient faux en 48 h.
- Prévoir un bloc de planification tous les 2 à 3 jours, de 15 à 30 min.
- Objectif du bloc : ajuster, déplacer, prioriser.

5 📅 Tous les blocs n'ont pas le même statut

BLOCS IMMUABLES

Rendez-vous, obligations externes.
Ils ne bougent pas.

BLOCS MOBILES

Devis, rédaction, préparation.
Déplaçables, jamais supprimables.

Une journée réussie : les bons blocs ont tenu leur place.

En résumé

- Un jour, un puzzle.
- L'aléa doit être prévu.
- Les réunions se préparent.
- La planification se planifie.
- Tous les blocs ne sont pas mobiles.

Ce que vous décidez pour la semaine

CRÉNEAU DE SÉCURITÉ

BLOC DE PLANIFICATION

BLOC IMMuable À
PROTÉGER

Un créneau sans jour et sans heure n'est pas un créneau.