



PRESENCIAL 5 HORAS



TALLER GESTIÓN del TIEMPO EN EL TRABAJO

CONCEPTO

En un entorno laboral cada vez más exigente, los equipos se enfrentan a la sobrecarga de tareas, interrupciones constantes y la sensación de no tener tiempo suficiente.

OBJETIVO

Mejorar los conocimientos y habilidades que permitan organizar y gestionar de una manera eficaz el tiempo de trabajo.

DESTINATARIOS

A todas las personas que independientemente de su actividad profesional quieran aprovechar mejor su tiempo, en el ámbito laboral.

TEMARIO

- CLAVES - OBJETIVOS - SÍNTOMAS - MITOS - LADRONES DE TIEMPO - BENEFICIOS	- MÉTODOS - REGLAS	- EISENHOWER - PARETO - POMODORO - BLOQUEO - GTD 1-3-5 3-3-3	CIERRE	- PRIORIDADES - CONCIENCIA TEMPORAL - PLANIFICACIÓN - METAS DIARIAS Y SEMANALES - ELIMINACIÓN DISTRACTORES - DELEGACIÓN - DECIR NO - OBJETIVOS SMART - TARRO DE MAYO
--	---	--	--	--