



GESTIONE DEL TEMPO

Riprenditi il controllo del tuo tempo!

"Non ho tempo..."

"Ho troppe cose da fare..."

"Vorrei una giornata fatta di 48 ore"

Quante volte ti sei ritrovato a pronunciare queste frasi? La mancanza di tempo e la frenesia che accompagna lo svolgimento delle nostre attività può causarci ansia e uno stato continuo di tensione e di stress.

Partendo da questa consapevolezza, il corso ti fornirà strumenti e metodi di time management per gestire al meglio il tuo tempo, mantenere la concentrazione su ciò che è davvero importante ed urgente, evitando di cadere nella trappola della distrazione.

GESTIONE DEL TEMPO
RIPRENDITI IL CONTROLLO DEL TUO TEMPO!



PERCHÈ PARTECIPARE

- Per acquisire strumenti e metodi che possono concretamente migliorare la qualità del tuo tempo.
- Per imparare a **smascherare i ladri del tempo** e prendere consapevolezza del proprio personale rapporto con il tempo.
- Per aiutarti ad organizzare al meglio la tua giornata lavorativa e renderti più efficace nella gestione del tuo lavoro.