

CURSO DE GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

Objetivos

Los alumnos aprenderán los conceptos necesarios para poder auto gestionarse el tiempo, aprendiendo desde el valor que tiene este recurso en sus vidas y en su trabajo hasta las técnicas que le permitirán sentirse en control de su vida.

Dirigido a

Profesionales que quieran mejorar su trabajo y poder hacer más en menos tiempo, estudiantes que quieran entender cómo pueden obtener resultados espectaculares aplicando la gestión del tiempo y particulares que, en general, sientan que no controlan su vida y quieran reducir su estrés.

Contenido

Cuestiones para la reflexión – En qué invierte el tiempo –El tiempo como recurso – Planificar el tiempo –Actividades que le hacen perder el tiempo – Delegación – Enfoque hacia los objetivos– Los ladrones del tiempo – El tiempo y la vida personal – Que pueden hacer las empresas- Herramientas de implementación de los contenidos.

Duración

El curso tiene una duración de 30 horas.

La formación puede impartirse en 6 sesiones de 5 horas, 1 día a semana.

Precio

El curso puede ser **bonificado con una subvención**, con cargo a la Fundación Tripartita, de hasta el 100% del importe del curso en el caso de empresas y autónomos. Este curso se imparte a partir de 6 alumnos, teniendo un **coste de 400 €/alumno**.

Dudas o preguntas

Si tiene alguna duda, puede localizarnos llamando al **628 198 037**.

El responsable de formación es **José E. Estarlich**, y su email josee@consultoresvalencia.com

GESTION DEL TIEMPO



30 horas

Alumnos > 6

Precio 400 €/alumno

Bonificable

