

Titolo del corso: TIME MANAGEMENT...Scopri i ladri del tuo tempo!

Il corso TIME MANAGEMENT...Scopri i ladri del tuo tempo! fornisce le linee guida per pianificare le attività puntando soprattutto su ciò che è importante, invece di rincorrere le urgenze.

I contenuti del corso consentono ai partecipanti di apprendere una metodologia per definire le proprie priorità;elaborare modelli e scenari attraverso i quali traguardare il proprio processo decisionale;migliorare le capacità di auto-organizzazione;chiarire il ruolo delle abitudini e le modalità per superarle positivamente;comprendere le modalità per individuare e gestire "i vampiri del tempo" e definire a livello individuale un piano di azione per l'applicazione di quanto appreso.

Durata complessiva corso: 16ore

Articolazione del percorso:

Modulo 1: Introduzione

Durata:2 ore

- Cosa ottenere da una migliore gestione del tempo
- Rapporti tra ruolo personale e lavorativo e gestione del tempo
- Comprensione dei propri margini di manovra
- Individuazione degli ostacoli e delle opzioni
- Criteri di urgenza e importanza

Modulo 2: Time Management e pianificazione

Durata: 4 ore

- Dall'obiettivo al risultato
- Modelli e strumenti di pianificazione
- Individuazione dei "costi nascosti"
- Modalità di utilizzo dell'agenda personale
- Calendario e to-do list

Modulo 3: Approccio strategico alla gestione del tempo

Durata: 2 ore

- Differenze tra efficacia ed efficienza
- Riconoscere i "colli di bottiglia" ed i "vampiri del tempo"
- Riconoscere il proprio approccio nella gestione di scadenze, interferenze e pressioni
- L'analisi di Pareto
- Imparare a "dire di no"

Destinatari:

I corsi sono a numero chiuso (max 12 partecipanti) e sono rivolti a dipendenti (determinato/indeterminato/apprendistato)/titolari di studi/società iscritte al FondoProfessioni e non facenti parte di **A.F.A.** Azioni Formative Aziendali.

Metodologie formative:

Il corso è svolto con metodo interattivo, in modo da coinvolgere i partecipanti e favorire la discussione. Lo stile didattico e i metodi utilizzati sono orientati alla massima integrazione tra contributi teorici e situazioni attive. L'uso di casi e auto-casi, esercitazioni, simulazioni, role-playing ha lo scopo di favorire un apprendimento di facile e immediata trasferibilità nel proprio contesto di lavoro.

Materiale Didattico:

Chiave USB riportante le dispense del corso.

Se richiesta, copia del registro del corso di formazione con indicato l'oggetto del corso, gli argomenti trattati, la durata del corso, la data di svolgimento e la firma dei partecipanti.

Risorse impiegate:

Docente in possesso di consolidata esperienza in ambito tecnico commerciale.

A disposizione dell'utenza personale di segreteria e di tutoraggio.

Modalità organizzative/logistiche:

Il corso si terrà presso la sede dell'ente accreditato a Milano, in Via Guido Capelli 12 (Zona Greco Bicocca) **previo raggiungimento del numero minimo di partecipanti.**

Orari: 9.00/13.00 - 14.00/18.00.

Si prega di consultare il calendario dei corsi in partenza sul sito www.tiemmeconsulting.com

L'aula ha una capienza di 25 persone; prevede 25 sedie a ribaltina, pc e videoproiettore, lavagna a fogli mobili. Acqua e caffè a disposizione dell'utenza.

L'aula è accessibile ai soggetti diversamente abili.

L'intervento potrà essere erogato anche presso la sede aziendale, in aula conforme ai requisiti D.lgs.81/08, previa garanzia della partecipazione di almeno 12 partecipanti.

Per motivi organizzativi, la sede del corso potrà essere variata.

Criteri e modalità di valutazione dell'apprendimento:

La prova consisterà in un test a risposta multipla e prevederà l'attribuzione di 1 punto per ogni risposta esatta

Al termine del corso verrà rilasciato **un attestato di frequenza.**

Costi e Modalità d'iscrizione:

Il corso è gratuito.

Per iscriversi è sufficiente inviare all'indirizzo info@tiemmeconsulting.com:

- ✓ scheda di iscrizione, compilata e firmata dal titolare/legale rappresentante dello studio;
- ✓ copia carta di identità del partecipante e dal titolare/legale rappresentante dello studio, in corso di validità;
- ✓ Privacy Allievo, firmata dal partecipante;
- ✓ Privacy azienda, firmata dal titolare/legale rappresentante dello studio.

Condizione indispensabile per la partecipazione è l'iscrizione al FondoProfessionisti; l'iscrizione è gratuita e semplice e deve essere effettuata con la prima denuncia mensile utile e comunque non oltre il mese in cui è previsto il corso. Sarà il consulente deputato alla compilazione del DM10 (ora UNIFORMITÀ) a dover inserire la sigla FPRO nella casella dedicata al versamento (comunque obbligatorio) dello 0,30% fino ad ora devoluta all'INPS.