



PROYECTO  
CID  
EMPRENDE

## **FORMACIÓN ONLINE**

**GESTIONAR BIEN EL TIEMPO**

**14 de MAYO de 2020**

**De 10:30 a 12:30 horas**

Inscripciones en [mrolo@alamcia.es](mailto:mrolo@alamcia.es) o 652395450

# CIDEMPRENDE



## GESTIONAR BIEN EL TIEMPO

**14/05/2020**  
**De 10:30 a 12:30**



### PROGRAMA FORMATIVO

- ✓ Gestiono el tiempo o el tiempo me gestiona.
- ✓ Herramientas para definir las tareas que tengo que hacer.
- ✓ Los ladrones del tiempo.
- ✓ El cuadrante de lo urgente y lo importante.
- ✓ Cómo gestionar mi tiempo de la mejor forma posible.

**FORMACIÓN ONLINE**

confirмен asistencia en [mrolo@alamcia.es](mailto:mrolo@alamcia.es) o 652395450

### ¿Qué es la gestión del tiempo?

No tengo tiempo, no sé en qué he perdido el día, no me ha cundido la mañana... ¿te suenan?

Esta vez toca analizar cómo gestionar mejor nuestro tiempo y qué herramientas utilizar para no tirar por la borda las horas de trabajo.

**Una gestión eficiente del tiempo mejora nuestra productividad y nuestra calidad de vida**

**Impartido por**

***Teresa Nuevo España***

*Antropóloga y coach personal y de equipos*