



## ATTIVO H24 ?

La gestione del tempo per ottimizzare le proprie performance e ridurre lo stress

Saper gestire il tempo è una dote preziosa che permette di raggiungere gli obiettivi che ci si è prefissati e di ridurre l'affaticamento, aumentando al contempo i livelli di creatività e produttività. Il Time Management garantisce performance elevate e risultati migliori e porta beneficio non solo nel mondo del lavoro ma anche nella vita privata di ciascuno.

Organizzare il proprio tempo e le proprie attività ha come conseguenza diretta quella di una netta riduzione dello stress e può aiutare a limitare la tendenza alla procrastinazione, soprattutto dei compiti più complessi.

### Cosa imparerai?

L'attività formativa è concepita come un percorso di crescita che accompagnerà i partecipanti alla scoperta dei diversi aspetti del Time Management.

Alla componente teorica verranno affiancate attività ed esempi più pratici, attingendo ad esperienze vissute direttamente del formatore ed emergenti dalla discussione e dal confronto in aula tra i partecipanti al corso.

### I contenuti che verranno affrontati nel corso sono:

- L'importanza della pianificazione e dell'ordinamento per priorità delle attività da svolgere
- Metodi di assegnazione delle priorità e centralità del concetto di identificazione della propria area critica di risultato (ACR)
- Comprensione e gestione dei concetti di importanza e di urgenza nell'ordinamento delle attività
- Ottimizzazione dei tempi di esecuzione delle attività (concetti di monofocalizzazione e definizione delle tempistiche)
- Metodi e approcci per evitare la procrastinazione
- Ottimizzazione dell'uso del tempo per lo svolgimento delle attività mediante la costruzione di "blocchi temporali" e "blocchi di tipo"
- Guida alla gestione corretta delle micro attività quotidiane e del tempo ad esse dedicato (telefono, mail, riunioni)
- Suggerimenti operativi per l'ottimizzazione dell'uso del tempo collegato alla raccolta e alla gestione delle nuove informazioni in ingresso

### A chi è rivolto?

Titolari, soci, manager e persone interessate a capire metodiche e strumenti tipici a supporto di una corretta gestione del tempo, da applicare per sé stessi e/o verso collaboratori potenzialmente da gestire.

### Quando e dove?

Il corso, della durata di **16 ore** si svolgerà presso l'Associazione Artigiani a Trento, in Via Brennero 182, o in una sede limitrofa, nelle seguenti date e orari:

- Lunedì 09/12/2024 dalle 08.30 alle 12:30
- Giovedì 12/12/2024 dalle 08.30 alle 12:30
- Lunedì 16/12/2024 dalle 08.30 alle 12:30
- Giovedì 19/12/2024 dalle 08.30 alle 12:30

Ci si riserva il diritto di comunicare modifiche di data e/o di spostare le lezioni online in base ad eventuali necessità o emergenze.

## **Docente**

Consulenti ed esperti nel settore della gestione delle Operations e del Project Management, in collaborazione con **PiX srl**, azienda specializzata nell'accompagnamento delle aziende nelle fasi di miglioramento dell'efficiamento dei processi organizzativi, di sviluppo aziendale e di digitalizzazione dei processi

## **Costo**

**Il corso è gratuito** per i dipendenti e i titolari/soci/collaboratori familiari di aziende artigiane associate che aderiscono a Fondartigianato. Per poter usufruire del finanziamento, e quindi godere del corso gratuitamente, è necessario dedicare del tempo alla compilazione dei moduli per la richiesta di contributo. Ogni indicazione è contenuta nei documenti di iscrizione.

## **Requisiti di accesso**

L'azienda deve essere iscritta a Fondartigianato (verifica con il tuo consulente paghe se nel cassetto previdenziale compare la sigla FART!).

**... e se non ho i requisiti?**

Invia comunque la segnalazione di interesse. Faremo il possibile per accogliere anche la tua richiesta.

## **Obblighi di frequenza**

I partecipanti **devono garantire il 70% di frequenza**.

## **Ritiro / mancata frequenza**

Il mancato raggiungimento delle ore di frequenza o il ritiro di un partecipante una volta firmata la dichiarazione di impegno comportano per EBAT un taglio di budget non recuperabile, che verrà addebitato all'azienda. Effettuate l'iscrizione solo se siete certi di poter garantire la frequenza al corso.

## **Posti disponibili**

Il corso potrà essere confermato al raggiungimento del numero minimo di 8 partecipanti e fino ad un massimo di 14 partecipanti. Le iscrizioni saranno accolte in ordine cronologico.

## **Iscrizione**

Le iscrizioni vanno effettuate entro e non oltre il **12 settembre 2024!**

Invia la tua segnalazione di interesse per la partecipazione ai corsi [CLICCANDO QUI](#)

**Sei interessato a partecipare?**

Ne vuoi sapere di più?

Contatta l'Ufficio Formazione di EBAT:

 **0461 420681**

 **formazione.gest@ebat.tn.it**