



## Calendario

Ottobre: 12 (ore 09:00-13:00,  
14:00-17:00)

## Quota di partecipazione

180,00 € + IVA per aziende associate  
Confapi Reggio Emilia  
234,00 € + IVA per aziende non  
associate Confapi Reggio Emilia

CORSO 65

## Time management: strumenti per la programmazione del tempo

### Obiettivi

Il tempo è il bene più prezioso che abbiamo e per gestirlo efficacemente è indispensabile saper definire le priorità, delegare, monitorare le scadenze pianificando e organizzando il lavoro quotidiano. Obiettivo del corso è fornire strumenti estremamente operativi e di facile utilizzo che consentano di ottimizzare il proprio tempo rompendo, talvolta, schemi e abitudini che costringono a ripetere comportamenti e atteggiamenti inefficaci.

### Contenuti

- Monitoraggio dell'attuale utilizzo del tempo
- Metodi per dare priorità a traguardi e obiettivi
- Stima relativa alla durata di compiti e attività, cercando di definire come risparmiare tempo in futuro
- Pianificazione della gestione dell'imprevisto e di piani di emergenza
- Metodi per la pianificazione del tempo
- Superamento dell'incapacità di dire "no"
- Processo di delega: quando, cosa e a chi delegare

### Durata

7 ore

### Docente

Rozzi Roberta

### Sede di svolgimento

Sede di Reggio Emilia

### Informazioni

Comastri Cristina - [cristinacomastri@cspmi.it](mailto:cristinacomastri@cspmi.it)  
Tel.: 0522 267711