

TIME MANAGEMENT PER LO SMART WORKING

30 MIN.

1. La risorsa Tempo

- Il tempo
- Time management nei contesti lavorativi
- Produttività
- Work-life balance e smartworking

2. Personal Time Management

- Ho i miei tempi...": approccio soggettivo al
- Arrivano i "cronovori" (ladri di tempo) tempo
- Tentazione distrazione
- Quantificare il tempo a disposizione
- Ansia e stress nella gestione del tempo

3. Pianificare e organizzarsi

- Lavorare per obiettivi
- Importante e urgente: questo è il problema
- Gestire le priorità
- Delegare
- Pianificare il lavoro

4. Vademecum e strumenti

- Consigli per la gestione tempo personale
- Suggestioni per una riunione efficace
- Digital Time Management: scegliere lo strumento giusto al momento giusto