

CURSO de MUJER Y LIDERAZGO

TALLER DE

GESTIÓN EFICAZ EL TIEMPO



OBJETIVO: Aprender a gestionar el tiempo a tu propio ritmo, para tener claridad en tu misión, prioridades y valores. Convertir el tiempo de enemigo a recurso para poder llevar a cabo lo que quieres.

HORARIO: MARTES 2 DE JUNIO A LAS 18 h.

PROFESORADO: El temario será impartido por **Martina Pendenza**, especialista en turismo e igualdad. Practica meditación y yoga cada día para mejorar su bienestar.

TEMARIO:

1. ¿Qué es el tiempo?
2. Tomar conciencia del valor que das al tiempo y cómo lo gestionas
3. Los ladrones del tiempo y cómo eliminarlos
4. Cómo determinar tus prioridades
5. Herramientas para gestionar tu tiempo

Organiza:



Subvenciona:



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Colaboran:



SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO
INSTITUTO DE LA MUJER
Y PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

