



GESTÃO DO TEMPO

Objetivos

- Identificar as competências pessoais ao nível da gestão do tempo
- Identificar os princípios e leis de gestão do tempo
- Definir estrategicamente as prioridades
- Planificar previamente as tarefas e utilizar corretamente as ferramentas de forma a rentabilizar o seu tempo

Duração

- 4 horas

Temas a abordar

1. A organização e a gestão do tempo
2. As técnicas para a gestão eficaz do tempo
3. Caracterização das tarefas importantes vs. prioritárias
4. A planificação eficaz do tempo:
 - Estabelecimento de prioridades
 - Definição de objetivos
 - Métodos e instrumentos na organização do trabalho
 - Gestão da agenda de trabalho

[Formulário de Inscrição](#)