

## JORNADA ABIERTA

# “El Reloj Productivo: Técnicas para exprimir tu tiempo”

Jueves, 9 de febrero 2017

### Presentación

¿Cómo te sientes cuando ves que **tu "día a día" te supera?**

- **¿Desbordado?** (El ritmo de tu vida te sobrepasa con tantas cosas urgentes)
- **¿Frustrado**, estresado, ansioso? (Es que no consigues equilibrar tu vida laboral y tu vida personal)
- **¿Desmotivado?** (Sientes que te falta la ilusión por lograr cosas nuevas. No sabes cómo utilizar tu Tiempo para lograr aquello que deseas)
- **¿No sabes decir "no"?** (No sabes cómo evitar que otros te "roben" tu tiempo)
- **¿Desorientado?** (Crees que te falta Método y no te organizas bien ya que pospones lo que no te gusta y no priorizas ni cumples con lo que te has comprometido)

### Objetivos:

- **"Time is Money" – ¿Cuánto vale tu Tiempo?**
- Descubrir los 4 Factores que mejoran tus Resultados
- Aprender a establecer en ti mismo un sistema de organización del tiempo, para incrementar tu eficacia y satisfacción
- Conocer herramientas para la mejora en la gestión de tu Tiempo
- Tomar conciencia de la importancia de priorizar las actividades que te aportan resultados y evitar aquellas que son ineficaces por el exceso de actividad

### Programa:

1. Conoce los 4 factores de los que dependen tus resultados
2. Aprende a detallar tus objetivos más secretos
3. Aprende a desarrollar y mantener una actitud positiva y proactiva
4. Conoce el método 4xP para gestionar tu tiempo
5. Desarrolla y consolida los mejores hábitos de mejora

### Dirigido a:

Empresarios, gerentes, directivos de PYMEs y futuros empresarios.

### Ponente:

Santiago Pérez Castillo

Formación REKAPP

### Día, Hora y Lugar:

Jueves, 9 de febrero de 16:30 a 20:00 h

Salón de Actos CEEI Valencia