

## **ATTIVO H24?** Gestione del tempo per ottimizzare le proprie performance e ridurre lo stress

Saper gestire il tempo è una dote preziosa che permette di raggiungere gli obiettivi che ci si è prefissati e di ridurre l'affaticamento, aumentando al contempo i livelli di creatività e produttività.

Il Time Management garantisce performance elevate e risultati migliori e porta beneficio non solo nel mondo del lavoro ma anche nella vita privata di ciascuno.

Organizzare il proprio tempo e le proprie attività ha come conseguenza diretta quella di una netta riduzione dello stress e può aiutare a limitare la tendenza alla procrastinazione, soprattutto dei compiti più complessi.

### **COSA IMPARERAI?**

L'attività formativa è concepita come un percorso di crescita che accompagnerà i partecipanti alla scoperta dei diversi aspetti del Time Management.

Alla componente teorica verranno affiancate attività ed esempi più pratici, attingendo ad esperienze vissute direttamente del formatore ed emergenti dalla discussione e dal confronto in aula tra i partecipanti al corso.

I contenuti che verranno affrontati nel corso sono:

- L'importanza della pianificazione e dell'ordinamento per priorità delle attività da svolgere
- Metodi di assegnazione delle priorità e centralità del concetto di identificazione della propria area critica di risultato (ACR)
- Comprensione e gestione dei concetti di importanza e di urgenza nell'ordinamento delle attività
- Ottimizzazione dei tempi di esecuzione delle attività (concetti di monofocalizzazione e definizione delle tempistiche)
- Metodi e approcci per evitare la procrastinazione
- Ottimizzazione dell'uso del tempo per lo svolgimento delle attività mediante la costruzione di "blocchi temporali" e "blocchi di tipo"
- Guida alla gestione corretta delle micro-attività quotidiane e del tempo ad esse dedicato (telefono, mail, riunioni)
- Suggerimenti operativi per l'ottimizzazione dell'uso del tempo collegato alla raccolta e alla gestione delle nuove informazioni in ingresso

### **A CHI È RIVOLTO?**

Titolari, soci, manager e persone interessate a capire metodiche e strumenti tipici a supporto di una corretta gestione del tempo, da applicare per sé stessi e/o verso collaboratori potenzialmente da gestire.

### **QUANDO E DOVE?**

Il corso della durata di **16** ore si svolgerà presso l'Associazione Artigiani a Trento - Via Brennero 182, o in una sede limitrofa, nelle seguenti date e orari:

- ❖ venerdì **12/06/2026** dalle **08:30** alle **12:30** e dalle **13:30** alle **17:30**
- ❖ venerdì **19/06/2026** dalle **08:30** alle **12:30** e dalle **13:30** alle **17:30**

*Ci si riserva il diritto di comunicare modifiche di data e/o di spostare le lezioni in base ad eventuali necessità o emergenze.*

## DOCENTI

**CONSULENTI** ed **ESPERTI** nel settore della gestione delle Operations e del Project Management, in collaborazione con **PiX srl**, azienda specializzata nell'accompagnamento delle aziende nelle fasi di miglioramento dell'efficiamento dei processi organizzativi, di sviluppo aziendale e di digitalizzazione dei processi.

## REQUISITI DI ACCESSO

L'azienda deve essere **iscritta a Fondartigianato**: verifica con il tuo consulente paghe se nel cassetto previdenziale compare la **sigla FART**.

*... e se non ho i requisiti?*

Invia comunque la segnalazione di interesse. Faremo il possibile per accogliere anche la tua richiesta.

## COSTO

I corsi sono **gratuiti** per i dipendenti e i titolari/soci/collaboratori familiari di aziende artigiane che aderiscono a Fondartigianato, e che sono assicurati su posizione INAIL aziendale.

Ci occuperemo noi della predisposizione della modulistica, sarà necessario da parte vostra **solamente la sottoscrizione dei moduli** e il **raggiungimento del 70% di frequenza**.

## RITIRO / MANCATA FREQUENZA

Il mancato raggiungimento delle ore di frequenza o il ritiro di un partecipante una volta firmata la dichiarazione di impegno comportano per EBAT un taglio di budget non recuperabile, che verrà addebitato all'azienda. **Effettuate l'iscrizione solo se siete certi di poter garantire la frequenza al corso.**

## POSTI DISPONIBILI

Il corso potrà essere confermato al raggiungimento del numero minimo di 8 partecipanti e fino ad un massimo di 15 partecipanti. Le iscrizioni saranno accolte in ordine cronologico.

## ISCRIZIONE

**LE ISCRIZIONI VANNO EFFETTUATE ENTRO E NON OLTRE IL 24 APRILE 2026!**

Invia la tua segnalazione di interesse per la partecipazione ai corsi [CLICCANDO QUI](#)