



APRENDE A **MAXIMIZAR TU RENDIMIENTO** PROFESIONAL A TRAVÉS DE LA ADQUISICIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

CALENDARIO



22 de marzo de 2019, de 15:30 a 18:30h

LUGAR



Tempo Consultoría Integral

Av. Diagonal, 442, 3º 2ª, 08037
Barcelona, Casa Comalat Tel
93.611.63.60

IMPORTE



60€ + IVA

¡Bonifícate este curso!

Tempo puede realizar las gestiones ante la Fundación Estatal.

Importe bonificable: 39€

DURACIÓN

3 horas

Porque **no es lo mismo movimiento que rendimiento**, no es necesario estar muchas horas en el trabajo ni ir de un lado al otro ataread@s para cumplir con nuestros objetivos.

Si somos capaces de interiorizar hábitos de alto rendimiento, con menos tiempo seremos capaces de trabajar más, pero especialmente mejor, y de tenerlo todo bajo control.

Descubre en esta formación cuáles son estos 7 hábitos que te harán ser más eficiente, y que te permitirán, además, disponer de tiempo de calidad diario para ti y para las personas que te importan.

En definitiva, establecer prioridades y objetivos; enfocar en actividades de valor; revisar objetivos y celebrar los logros, te **permitirá maximizar tu rendimiento** y sentirte mejor, más positivo y con más energía.

DIRIGIDO A:

Cualquier persona que quiera adquirir hábitos de trabajo con alto rendimiento.



OBJETIVOS



- Identificar los hábitos que te serán útiles para trabajar con alto rendimiento
- Aprender cómo desarrollar e implementar estos hábitos.

CONTENIDOS



- 1. ¿Qué es trabajar con alto rendimiento?**
- 2. Qué es un hábito?, ¿cómo se crea?**
- 3. ¿Cuáles son los hábitos necesarios para trabajar con alto rendimiento?**
- 4. Definición de objetivos, priorización, delegación, compromiso**