

Z okazji Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości Dolnośląscy Pracodawcy wraz z Dolnośląską Agencją Rozwoju Regionalnego S.A., będącą koordynatorem regionalnym ŚTP w województwie dolnośląskim, zapraszają do udziału w bezpłatnych szkoleniach.

Bezpłatne szkolenie pt.

„TIME MANAGEMENT, czyli jak skutecznie zarządzać sobą w czasie”

15.11.2018 r.

siedziba Dolnośląskich
Pracodawców

(ul. Szczawieńska 2, Szczawno-Zdrój)

AGENDA SZKOLENIA

10:00 - 11:00 MODUŁ I WPROWADZENIE DO TEMATU

- Czym jest Time Management
- Zarządzanie sobą w czasie a wypalenie zawodowe
- Zarządzanie sobą w czasie a pozytywne myślenie
- Reguły poruszania się w czasie

11:00 - 12:00 MODUŁ II BARIERY W ZARZĄDZANIU SOBĄ W CZASIE

- Nasz obecny styl pracy
- Co kieruje naszym życiem – siła nawyków
- Matryca zarządzania czasem – identyfikacja „pożeraczy” czasu
- Wypracowanie efektywnych strategii przeciwdziałania zakłóceniom w pracy
- Złote Zasady zarządzania czasem do zastosowania „od już”
- Odkładanie spraw na później – najbardziej powszechny z nawyków!

12:00 - 12:15 PRZERWA KAWOWA

12:15 - 14:00 MODUŁ III WYTYCZANIE CELÓW I PRIORYTETÓW

Na bazie licencjonowanej gry strategicznej – praktyczne aspekty:

- Planowania
- Ustalania priorytetów
- Ważności i pilności zadań

14:00 - 14:30 MODUŁ IV PODSUMOWANIE

PATRONAT HONOROWY



MINISTERSTWO
PRZEDSIĘBIORCZOŚCI
I TECHNOLOGII

PATRONAT MEDIALNY



QBusiness.pl
BIZNES INFORMACJE



walbrzych24.com



tvwalbrzych.pl

POZNAJ NASZEGO EKSPERTA

Sylwia Petryna - doświadczona trenerka biznesowa i praktyk zarządzania projektami (m.in. Certyfikat Prince2 Practitioner). Jest mediatorem w sprawach sądowych oraz pozasądowych (specjalizacja: mediacje cywilne, gospodarcze, pracownicze). Z powodzeniem łączy umiejętności miękkie (jest akredytowanym coachem ICF - w trakcie PCC) oraz twarde (związane z inwestycjami). Absolwentka Politechniki Wrocławskiej i Politechniki Warszawskiej. Ekspert w ramach RPO w latach 2007-2013, ekspert w ramach Osi priorytetowej II „E-Administracja i otwarty rząd” Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa, RPO Województwa Dolnośląskiego i Śląskiego (dziedziny: Innowacje i transfer technologii w przedsiębiorstwach, Technologie informacyjno-komunikacyjne w przedsiębiorstwach, Technologie informacyjno-komunikacyjne), POWER w nowej perspektywie unijnej. Praktyk z dziedziny funduszy europejskich, jest autorem wielu projektów w zakresie finansowania przedsięwzięć z zewnętrznych źródeł.

Zrealizowała ponad 10.000 godzin szkoleniowych i ponad 8.000 godzin coachingowych i doradczych. Od wielu lat zajmuje się rozwojem pracodawców i pracowników. Jest Praktykiem Kaizen. Posiada doświadczenie menadżerskie 18 letnie (jako Prezes Zarządu i Członek Zarządu w dwóch fundacjach, Dyrektor Sprzedaży i Marketingu, Manager Kreatywny oraz Dyrektor Zarządzający firmą szkoleniową Petra Consulting). Od wielu lat kształci managerów, superwizuje ich pracę oraz wspiera w rozwoju kompetencji managerskich, w tym w zakresie efektywnego zarządzania sobą w czasie.

ZGŁOSZENIA

Warunkiem udziału w szkoleniu jest przesłanie wypełnionego i podpisanego Formularza zgłoszeniowego na adres mailowy: agnieszka.klyza@dp.org.pl

Zgłoszenia prosimy przesyłać do dnia: **8 listopada 2018 r.**

Udział w szkoleniu jest bezpłatny! Liczba miejsc ograniczona!

Serdecznie zapraszamy!

Koordynatorem ogólnopolskim ŚTP jest Fundacja Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości

www.tydzienprzedsiębiorczosci.pl; www.gew.co