

**PIANO AMBITO  
ECONOMICO  
ORGANIZZA:**

**CORSO  
"GESTIONE DEL TEMPO"**

**RELATORE:  
DOTT. MATTEO CAMPANA**



**I° APPUNTAMENTO:**

MARTEDI' 21 GIUGNO 2011 DALLE 8.30 ALLE 17.00

**II° APPUNTAMENTO:**

VENERDI' 15 LUGLIO 2011 DALLE 14.00 ALLE 18.00

**LUOGO:**

ASAT - PALAZZO STELLA VIA DEGASPERI, 77 A TRENTO

Per ulteriori informazioni:

Elisa Inama - segreteria

333 9319690

Ivan Bonvecchio - presidenza

340 2300295

E-mail:

tavolo@pianoambitoeconomico.it



**T.O.M. T.O.M.**



*Il tempo come elemento guida per valorizzare tutte le risorse della nostra vita*

**Perché questo corso?** Il tempo è una risorsa limitata. È fortemente condizionata dalla nostra emotività e da ciò che ci accade ogni giorno. Ecco che un'adeguata cultura sull'uso del tempo è quanto di meglio si può avere come risorsa strategica per ottemperare ad ogni situazione, ad ogni imprevisto, ad ogni esigenza di pianificazione e coordinamento, ripagando l'impegno profuso.

**Obiettivi:** Spesso il trambusto quotidiano ci indica una strategia lavorativa rivolta a lunghe liste d'azioni che deprimono ogni buona intenzione. Spesso, la frenesia di arrivare ad una meta sposta l'ago della nostra bussola in qualche direzione che non è la vera priorità. Spesso, alle teorie di programmazione di tempi e metodi corrisponde una realtà fatta di interferenze, ladri di tempo e variabili folli ci impediscono di raggiungere risultati gratificanti, minando la nostra lucidità e la nostra motivazione. Per quanto ancora si è disposti a subire tutto questo?

**Contenuti del corso:**

La struttura del tempo; Il tempo figurativo ed il tempo reale; E3: efficienza, efficacia, etica; Gli elementi guida: TOM TOM; Le decisioni e le scelte; Le risorse e le priorità; Il comportamento attivo e passivo per il controllo del tempo; La programmazione del tempo; Riformulare le todolist; I ladri di tempo; Imparare a dire di no.

**Stile formativo:** Le lezioni vengono condotte con momenti deduttivi e altri interattivi con esercizi, role playing e trasposizione dei concetti alla realtà giornaliera.

