



UNIONE INDUSTRIALI GRAFICI
CARTOTECNICI
TRASFORMATORI CARTA
E AFFINI
DELLA PROVINCIA DI MILANO

Circolare
n. 33 del 18 ottobre 2018

AI TITOLARI O LEGALI RAPPRESENTANTI
DELLE AZIENDE ASSOCIATE
LORO SEDI

6 e 7 novembre - Corso Comitato
Time Management: "Dalla gestione del tempo alla realizzazione degli obiettivi"

Il Tempo è l'unica risorsa che non possiamo moltiplicare! Imparare a gestirlo è perciò indispensabile a fronte della quantità di attività che siamo costretti a svolgere e alla velocità con cui dobbiamo centrare i nostri obiettivi di pianificazione e programmazione.

Spesso lo stress e la cattiva qualità della nostra vita ci impediscono di sviluppare benessere, per noi e per l'ambiente che ci circonda, con evidenti conseguenze sulle performance generali. Questo crea la "logica del giudizio" e non "dell'analisi" nel porsi in modo obiettivo verso la corretta pianificazione progettuale e conseguente soluzione dei problemi.

Nel corso, dedicato a manager, dirigenti, quadri e a tutti coloro che sentono l'esigenza di fare il punto sul proprio stile di organizzazione personale, si forniranno strumenti concreti per potersi riappropriare del "proprio" tempo, inteso come risorsa preziosa da gestire e alleato nella vita e nella professione.

Time Management

Dalla gestione del tempo alla realizzazione degli obiettivi

6 e 7 novembre

dalle 9.30 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 17.00

Il Corso, con Relatore Alberto Canevali, è articolato su **2 giornate di 6 ore per un totale di 12 ore di formazione** ai seguenti prezzi agevolati, grazie al Contributo del Comitato Provinciale per l'Istruzione Professionale Grafica di Milano.

Per le sole aziende che applicano il Ccnl grafici-editoriali **€ 340** + Iva per partecipante (€ 290 + Iva dal quarto partecipante); per le altre aziende associate **€ 520** + Iva per partecipante (€ 470 + Iva dal quarto partecipante).

Le aziende interessate possono confermare la partecipazione inviando l'allegata scheda all'Ufficio Formazione (tel. 02 72022570 - fax 02 700434403, e-mail orlando.paiardi@gct.mi.it).

Si segnala che l'ultimo corso è fissato per il 20 e il 21 novembre con argomento:
Public speaking - Saper parlare in pubblico *Conquistare il pubblico usando la logica e le emozioni.*

Con l'occasione ci è gradito porgerVi i nostri migliori saluti.

Dott. Orlando Paiardi
RESPONSABILE UFFICIO FORMAZIONE

Piazza Castello 28 - 20121 Milano
Tel. +39 02 72022570
Fax +39 02 700434403
gct@gct.mi.it - www.gct.mi.it
Codice Fiscale 80038570158

Allegati



CORSI MARKETING & COMUNICAZIONE

6-7 novembre 2018

Time Management

Dalla gestione del tempo alla realizzazione degli obiettivi

Prima giornata

9.30-10.30

Introduzione

- Presentazione Corso-Animatore-Partecipanti
- Obiettivi e metodologia d'aula
- Aspettative dei singoli

10.30-13.00

Time Management: le leggi fondamentali del Tempo

- Il tempo come alleato o vincolo?
- Aspetti razionali e soggettivi nella percezione del tempo
- Logica del giudizio e logica dell'analisi
- Programmare e pianificare gli obiettivi in funzione del tempo

14.30-16.00

Analisi del proprio ruolo/lavoro per ottimizzare il tempo

- Autodiagnosi: Come uso il mio tempo in generale? Quali i miei obiettivi?
- Correlare il tempo a obiettivi e priorità (il mio ruolo)
- Programmare e pianificare gli obiettivi in funzione del tempo
- Calcolare il ritorno sull'investimento reale del mio tempo

16.00-17.00

I ladri del mio Tempo

- Attività e fattori che ci tolgono tempo: come gestirli?
- Difendere la propria organizzazione dalle invasioni
- Consigli per evitare di perdere tempo

Seconda giornata

9.30-11.00

Il Tempo per gli altri

- Saper gestire le interruzioni
- Lavorare con le scadenze degli altri
- Saper dire di NO per volersi bene

11.00-13.00

Organizzazione Personale delle attività

- Velocità o precisione? Come scegliere?
- Rivedere e prevedere la propria settimana lavorativa
- Il metodo infallibile: le 6 "P"

14.30-16.00

Analisi delle Priorità delle proprie attività

- Priorità: come classificarle agevolmente
- Importante o Urgente?
- Cosa delegare e cosa fare personalmente
- La gestione dello stress da mancanza di tempo

16.00-17.00

Costruire la propria agenda temporale

- Calendario annuale e mensile
- Il tempo per progettare il proprio cambiamento

Sede dei corsi:

Unione GCT
Piazza Castello 28
Milano

Relatore:

Dott. Alberto Canevali

Contatti:

Dott. Orlando Paiardi
Ufficio Formazione
tel. 02 72022570
orlando.paiardi@gct.mi.it

CENTRO SERVIZI SVILUPPO GCT S.r.l. Società Unipersonale

Capitale sociale € 44.500,00 I.V.

P.zza Castello 28 - 20121 Milano - tel. 02-72022570

Cod. Fisc. / P. Iva / Registro Imprese di Milano 03364510150 - R.E.A. n. 922700 della C.C.I.A.A. di Milano

Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di Unione Industriali Grafici Cartotecnici Trasformatori Carta e Affini della Provincia di Milano

CONFERMA DI ADESIONE

da trasmettere all'Ufficio Ambiente Ecologia Sicurezza - Formazione

fax 02-700434403 / e-mail orlando.paiardi@gct.mi.it

In osservanza del Regolamento Ue 2016/679 e del D.Lgs. 196/2003, il Centro Servizi Sviluppo GCT srl Società Unipersonale Vi informa che i dati richiesti saranno oggetto di trattamenti manuali e automatizzati per finalità organizzative, amministrative e contabili. I dati stessi verranno comunicati all'Unione Industriali Grafici Cartotecnici Trasformatori Carta e Affini della Provincia di Milano e ai Relatori del corso. Restano fermi i diritti a Voi riconosciuti dal Regolamento Ue 2016/679 e dal D.Lgs. 196/2003.

SEMINARIO

"Time Management"

Dalla gestione del tempo alla realizzazione degli obiettivi

6 e 7 novembre 2018 ore 9.30 - 13.00 / 14.30 - 17.00

P.zza Castello 28, Milano

Azienda (1) _____

indirizzo: via _____ cap e città _____

tel. _____ fax _____ e-mail _____

partita iva _____ codice fiscale _____

PARTECIPANTE _____

PARTECIPANTE _____

e-mail _____

e-mail _____

PARTECIPANTE _____

PARTECIPANTE _____

e-mail _____

e-mail _____

Il pagamento va effettuato entro il 3° giorno antecedente la data di inizio corso mediante bonifico bancario da trasmetterci in copia entro la data di inizio corso (2):

Banca Prossima (Gruppo Intesa - S. Paolo)

IBAN: IT 73 L 03359 01600 100000143398

intestato a "Centro Servizi Sviluppo GCT srl Società Unipersonale"

(che provvederà ad emettere regolare fattura per l'importo corrispondente)

Quota di iscrizione (per partecipante):

Ccnl grafici-editoriali: **€340 + Iva** / altri Associati: **€520 + Iva**

Timbro e Firma dell'Azienda (3)

Data

(1) Indicare l'esatta ragione sociale dell'Azienda

(2) Il mancato pagamento nei termini stabiliti comporta la nullità dell'iscrizione che si considera pertanto come non effettuata

(3) Per conferma di adesione e consenso al trattamento dati (i dati richiesti sono necessari per l'iscrizione)