



Bizkaiko Foru
Aldundia
Diputación
Foral de Bizkaia

Kultura
Saila
Departamento
de Cultura

Denboraren kudeaketa Gestión del tiempo

Ekainaren 18an	Data/Fecha:	18 de Junio
Kultura Saila Multimedia-gela Rekalde zumarkalea, 30 48009 BILBO	Lekua Lugar	Departamento de Cultura Sala Multimedia. Alda. Rekalde, 30 48009 BILBAO
10:00etatik 14:00etara	Ordua Horario	10.00 a 14:00 horas
Josune Fernández Gómez Fondo Formación Euskadi S.L.L.	Hizlaria Ponente	Josune Fernández Gómez Fondo Formación Euskadi S.L.L.
- Jakitea zein diren denbora ondo kudeatzearen abantailak. - Denpora txarto kudeatzearen sintoma pertsonalak identifikatzea. - Benetako lan-denpora planifiketan jakitea eta mugak jartzea. - Agenda zuzen erabili eta antolatzea. - Lehentasunak jartzen ikastea: premiazkoa denetik garrantzitsua denera. - Etenaldiak eta denbora-lapurrak gainditzea.	Helburua Objetivo	- Conocer las ventajas de una buena gestión del tiempo. - Identificar síntomas personales de una mala gestión del tiempo. - Saber planificar el tiempo real de trabajo y poner límites. - Manejar y organizar correctamente la agenda. - Aprender a priorizar, pasando de lo urgente a lo importante. - Superar interrupciones y ladrones de tiempo.
Ekainaren 16ra arte	Izena emateko epea Plazo inscripción	Hasta el 16 de junio
Doako sarrera Leku kopurua mugatua da.		Entrada gratuita Las plazas serán limitadas.
<u>kirolbide@bizkaia.net</u> KIROLBIDE Kirolen eta Gazteriaren Zuzendaritza Nagusia Telefonoak: 94.406.87.56/94.608.36.54 Faxa: 94.406.87.64	Inskripzio orria hona bidali: Remitir boletín de inscripción a:	<u>kirolbide@bizkaia.net</u> KIROLBIDE Dirección General de Deporte y Juventud Tfno: 94.406.87.56/94.608.36.54 Fax: 94.406.87.64

www.bizkaia.net/kirolak