

ALLENARE L'ATTENZIONE E AUMENTARE L'ENERGIA

Lunedì 06 febbraio alle 17.00

Il tempo ti sfugge via e hai la sensazione di sprecarne tanto: le tecniche di gestione del tempo e app miracolose non bastano a sfruttare bene le giornate. Bisogna imparare a **preservare anche le risorse scarse e più preziose che abbiamo: l'attenzione e l'energia.**

Apindustria propone un webinar, **in collaborazione con Organizzatessen**, per mettere a fuoco le **strategie** da adottare per rendere le tue **giornate più efficaci ed efficienti.**



LUNEDÌ 06 FEBBRAIO

ORE 17.00 - 18.00



IN DIRETTA STREAMING



RELATORE

Paola Tursi



Formatrice, consulente di organizzazione personale e Project Manager.

PROGRAMMA

- Investire tempo per **guadagnare tempo**
- Riconoscere dove **sprechi** la tua energia
- Capire come **aumentare l'attenzione**
- Time e self management
- **Energy management** per aumentare l'efficacia
- **Neuroscienze e multitasking**

Per iscriverti:

Puoi **clicare qui**

oppure compilare il **Coupon** sottostante ed inviarlo via Mail a **formazione@api.mn.it**

COSTO per partecipante

€ 40 + Iva (azienda associata)

€ 70 + Iva (azienda non associata)

COUPON DI ISCRIZIONE

AZIENDA REFERENTE

ATTIVITÀ

TEL FAX EMAIL

ISCRIVE N° PARTECIPANTE/I al **Corso "ALLENARE L'ATTENZIONE E AUMENTARE L'ENERGIA"**

NOME E COGNOME PARTECIPANTE

La realizzazione del seminario è subordinata al raggiungimento di un numero minimo di iscritti. Con la compilazione del coupon autorizzo l'utilizzo dei dati indicati in base al Regolamento (UE) 2016/679 ai fini dell'attività associativa di Apindustria.