



C15-033

Curs: Gestió del temps

ÀMBIT COMUNICACIÓ I HABILITATS

## PROGRAMA

### 1. Principis en la gestió del temps

1.1. Les dificultats en la gestió del temps: indicadors

1.2. L'energia com a base del rendiment: concentració, ritmes i horaris

1.3. Maneres de projectar-se en el treball: proactivitat i reactivitat

### 2. Eines per analitzar l'ús del temps

2.1. Fulls de recollida de dades

2.2. Diagrama de Pareto

2.3. Full de racionalització del temps

### 3. Gestió del temps i lloc de treball: objectius i tasques en el temps

3.1. Definició d'objectius professionals i personals

3.2. Criteris per la prioritització de les tasques: urgent i important, habitual i extraordinari

3.3. Estils de planificació i organització: avantatges i desavantatges

3.4. Eines de planificació a llarg, mig i curt termini: cronograma, agenda, full de treball diari, setmanal i mensual

3.5. Els lladres de temps: interrupcions, visites i telèfon

### 4. La delegació

4.1. El paper de les persones de l'equip: personal tècnic, Secretaris/àries, personal administratiu, personal auxiliar

4.2. El procés de delegació: què, a qui, com, quan

4.3. Delegar responsabilitat i delegar autoritat

## ALTRES DADES

Durada: 10 h

Places: 25

• Codi: C15-033\_1

Dies: 26 de maig, i 2 i 9 de juny

Horari:

- 26 de maig i 2 de juny de 16.30 a 20 h

- 9 de juny de 16.30 a 19.30 h

Lloc: Tarragona

• Codi: C15-033\_2

Dies i horari: pendent de confirmació

Lloc: Amposta

## OBJECTIUS

- Conèixer l'ús propi d'energia en les situacions habituals de treball.
- Aprendre a prioritzar les tasques
- Saber gestionar projectes i tasques en espais de temps (calendari, jornada laboral) mitjançant eines de planificació i programació
- Saber delegar de manera efectiva
- Saber conduir una reunió de manera eficient (assoliment d'objectius en el temps establert)

## DESTINATARIS

Personal de l'Administració local.

## METODOLOGIA

Activa, participativa i pràctica. El curs parteix de la realitat vivencial dels alumnes en el dia a dia en el seu lloc de treball.

AFEDAP / Acord de formació per als empleats de les administracions públiques - 2015

Diputació de Tarragona i Associació Catalana de Municipis



Diputació Tarragona