

Riprendi il tuo tempo

Desideri migliorare la gestione del tuo tempo?

Essere più efficiente, più produttiva/o e avere più tempo per te e le cose che ami fare?

O semplicemente arrivare a fine giornata meno stressata/o e essere riuscita/o a fare tutto?

Fa per te se ...

- Senti l'esigenza di migliorare la programmazione delle tue giornate in relazione agli impegni lavorativi, familiari e della casa.
- Vorresti avere più tempo per te.
- Vorresti imparare ad alleggerire e semplificare la tua vita.
- Ti rendi conto che il tuo sistema organizzativo non dà i risultati che desideri.
- Non riesci a scegliere le priorità, tutto diventa urgente e arrivi alla sera stanca/o, stressata/o senza avere concluso le cose più importanti.

Analizzeremo insieme la tua situazione per capire quali sono le difficoltà a gestire le priorità e gli impegni.

Ti aiuterò a trovare una soluzione per ottimizzare al meglio il tuo tempo in base alle tue esigenze.

Ti insegnerò come definire le priorità e creare buone abitudini.

Ti insegnerò ad utilizzare gli strumenti base per gestire le giornate: calendario e liste.

Il percorso

1. Colloquio, gratuito, per conoscerci e capire le tue esigenze (30 min.).
2. Una presentazione in cui viene illustrato e spiegato il percorso da seguire con i vari strumenti da utilizzare (1 ora e 30 min.).
3. Dopo 15 giorni, ci sarà un confronto di valutazione dei primi risultati. Chiariremo eventuali dubbi, difficoltà e se necessario modificheremo la strategia in base ai risultati ottenuti (1 ora e 30 min.).
4. Durante l'ultimo incontro, dopo 15 giorni, verrà fatta la valutazione finale dei risultati (1 ora circa). Nel caso dovessero esserci ulteriori problemi sarà da valutare se andare avanti e creare un altro pacchetto di consulenze.

La consulenza avviene online o in presenza in relazione alle esigenze e possibilità di spostamento.

Costo: 3 incontri più uno gratuito CHF 270 / € 200

Scrivimi!

tiriordino@hotmail.com