



CURSO **PRESENCIAL**:

GESTIONAR TU TIEMPO, GESTIONAR TU ENERGÍA

Dirigido a: Curso dirigido a Técnico Superior en Higiene Bucodental o habilitados y estudiantes de TSHD

Fecha celebración: 26/02/2022

Horario: De 10:00h a 14:00h

Número de plazas: 24

Lugar de celebración: **Aula del Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid**
Paseo de la Castellana 143 – 1º C. Edificio Cuzco I, Metro Cuzco- BUS 5-11-27-40-147 (Zona de aparcamiento regulado máx. 4 h. se recomienda transporte público).

OBJETIVO GENERAL Facilitar a los participantes recursos y pautas para gestionar su tiempo de forma que sus actividades diarias les acerquen a sus propósitos

PROGRAMA:

- Expertos en falta de tiempo: contexto actual.
- Establecer primero lo primero: matriz el tiempo y priorización.
- **Descanso 11:30**
- Cómo organizarte con eficacia.
- Gestionar la energía para gestionar el tiempo.

Ponente: **Lola Sánchez**



Desde hace 10 años trabaja activamente en procesos individuales de coaching ejecutivo para directivos y coaching de equipos, lidera proyectos de formación en Habilidades e Inteligencia Emocional y participa en procesos de Development Centers y 360o. Algunos de sus clientes son Ford, Pescanova, FCC, Altadis, Grupo Santander, Grupo SM, LinkedIn... Su trayectoria profesional incluye además 15 años en consultoría de Recursos Humanos, compaginando las labores de consultoría para clientes con el apoyo a la estrategia de crecimiento de la compañía, mediante el diseño y ejecución de las políticas de selección, formación y desarrollo para personal interno. Licenciada en Psicología, especializada en RRHH, Coaching Personal y Coaching Sistémico de Equipos, y Facilitador Certificado Lego® Serious Play®

Precio:	Colegiados* y pre colegiados: 18€ No colegiados: 35€	Forma de pago:	Mediante tarjeta de crédito en la web del Colegio: www.colegiohigienistasmadrid.org
----------------	--	-----------------------	--

(*) COLEGIADOS DE LOS COLEGIOS DE HIGIENISTAS DENTALES DE MADRID, EXTREMADURA, CASTILLA LA MANCHA, GALICIA Y VALENCIA.

(*) ASOCIADOS DE ASOCIACIÓN PROF. DE HIGIENISTAS DENTALES DE ARAGÓN, ASOCIACIÓN MURCIANA DE HIGIENISTAS BUCODENTALES y AHIADEC.

+ Información:

**Colegio Profesional de Higienista Dentales de Madrid. Paseo de la Castellana, 143-1º C.
Edificio Cuzco I - 28046 Madrid Tel. 91 350 08 35 www.colegiohigienistasmadrid.org
formacion@colegiohigienistasmadrid.org**