



RENLÓN UNO
CAPACITACIÓN A DISTANCIA

24 años de experiencia en
formación y capacitación

NEGOCIANDO CONMIGO

Curso Online

Gestión y uso del tiempo personal y laboral



OBJETIVOS

Entender la importancia del aprovechamiento del tiempo.

Evaluar la manera en que lo usas y descubrir tus oportunidades de mejora.

Adquirir conocimientos, técnicos y tips para crear tu propio plan y llevar adelante su cumplimiento.

Trabajar desde el SER y el HACER nuestra conexión con la gestión de nuestro recurso más valioso.

"El objetivo no es administrar el tiempo, sino administrarnos a nosotros mismos."

Stephen Covey



METODOLOGÍA

Curso Taller Online por Zoom.



¿A QUIÉNES ESTÁ DIRIGIDO?

Todas aquellas personas, equipos u organizaciones que quieran aprovechar al máximo su tiempo y energía para lograr el equilibrio laboral y personal, y sentirse y ser más productivos



CERTIFICACIÓN

Diploma: Formación Integral para Mandos Medios.

Se entrega en formato digital con código QR que certifica su veracidad.



INICIO, DURACIÓN Y FRECUENCIA

Modalidad	Duración	Inicio	Frecuencia	Horario
Online por Zoom	5 clases	23 de setiembre	Martes	19 a 21 hs.

Las clases por Zoom son en vivo en días y horarios determinados, 100% online, con interacción entre docente y alumnos.



CONTENIDO

- ✓ Mitos y errores de la gestión y uso del tiempo
- ✓ Autoevaluación (cómo estoy usando mi tiempo)
- ✓ Visión del uso de mi tiempo
- ✓ Propósito y objetivos
- ✓ Esferas y roles
- ✓ Planificación anual/mensual/semanal y diaria
- ✓ (técnicas, tips y herramientas)
- ✓ Hábitos
- ✓ Tips de concentración y atención
- ✓ Tips de IA aplicado a la optimización del tiempo
- ✓ Límites / ayuda / espacio
- ✓ Plan y compromisos



DOCENTE



Lic. Mónica Cornú

Licenciatura en Ciencias de la Educación - Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad de la República. Diplomado en Coaching Ontológico - SBS Team. (2 años). Practitioner en Points of You, Técnico en Gestión de Calidad - UNIT. Gestión del Proceso de Capacitación - Pontificia Universidad Católica de Chile, entre otras formaciones afines.

Se desempeña actualmente como Consultora en Gestión Humana, Facilitadora y Coach independiente. Fue jefe y responsable de RRHH en empresas multinacionales (ZENDA- Marfrig) y nacionales de gran porte, Consultora especialista en RRHH en Xn, Responsable de varios programas de Liderazgo Ontológico en Redpagos /Midinero. Ponente y Moderadora en jornadas de Gestión Humana (CREAR/SUGP). Docente de Liderazgo en Formación Permanente y Posgrado de Facultad de Veterinaria (2022). Expositora en Expo Empleo en varias ediciones. Docente permanente en Renglón Uno Capacitación desde el 2014 en Mandos Medios y Recursos Humanos.



COSTO Y FORMAS DE PAGO

Contado: \$ 5.900.

Tarjeta de Crédito: hasta en 12 cuotas de \$ 542 (total \$ 6.500)



IMPORTANTE

Los gastos con capacitación de dependientes de empresas, son pasibles de deducción en la liquidación del IRAE.

Inscriptos en el Registro Único de Entidades de Capacitación (RUEC) del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social N° 1336.

Inscriptos en el Registro Único de Proveedores del Estado (RUPE).

Inscriptos en Instituto Nacional de Empleo y Formación Profesional (INEFOP) N° 003.