



AldEkon účetnictví

U Hřbitova 432/9

Prostějov - Držovice, 79607

www.aldekon.cz



OBJEVTE SVÉ EFEKTIVNÍ JÁ

Program kurzu

Objevte své efektivní Já - Jak organizovat a plánovat své aktivity

16. 6. 2015 - Hotel TENNIS CLUB, Za Kosteleckou 49, Prostějov

Lektor: [Lukáš Gregor](#)

Prezence: 8:30 - 9:00

Školení: 9:00 - 15:00 Přestávky určí přednášející

Program:

Uvolněte se a zorganizujte si své aktivity podle metody GTD.

Vhodné plánování, odhad času, realizace bez odkládání.

Hledání času pro sebe sama.

Soustředění.

Produktivita vs. efektivita - umějte rozpoznat priority.

Tipy na nástroje.

CO JE GTD A PROČ ZAJÍT NA ŠKOLENÍ

Školení vychází z celosvětově proslulé metody Getting Things Done, z nejnovějších výzkumů lidského mozku a v neposlední řadě ze zkušeností desítek konkrétních případů, v nichž kombinace GTD a efektivního zacházení s časem umožnilo lidem zbavit se nadbytečného stresu. Pomocí GTD lze lépe organizovat práci, ale i osobní čas. Naučíte se upřednostňovat to, co je důležité.

Na školení se dozvíte, jak si vytvářet jednoduchý plán práce, třídit své úkoly, projekty a to nejen ty pracovní. Naučíte se efektivně pracovat s e-maily a kalendářem. Pokud zvládnete ukočirovat pracovní proces metodou GTD (a my o tom nepochybujeme), přestanou jednotlivé úlohy viset ve vzduchu a každý z vašeho týmu bude přesně vědět, za jakou část práce odpovídá.

ZÁKLADNÍ PRINCIPY ŠKOLENÍ

Tipy a doporučení vycházejí přednostně z konkrétních, praktických zkušeností, své kořeny mají v poznávání toho, jak funguje lidský mozek – ať už jeho racionální, nebo kreativní část. Kurzy neslibují samospásná řešení, ukazují ale způsoby, cesty, kudy se lze vydat, možná potvrdí vaše stávající zvyky, třeba je však významně obohatí. V centru školení stojí metoda GTD, obohacena nejen o praxi, ale také o další techniky, zejména pak postupy, jak plánovat a jak klást větší důraz na to, co je důležité, nikoliv pouze naléhavé. V neposlední řadě řeší konkrétní nástroje, s nimiž si lze k větší efektivitě dopomoci.

V ceně je zahrnut oběd i občerstvení.

Úroveň kurzu **1 - Základní**



Žádné termíny.

Školit vás budou

Gregor Lukáš



Intenzivně se zabývá problematikou osobního rozvoje a efektivity. Na základě nabytých vědomostí, zkušeností svých i zkušeností okolí a klientů vytváří kurzy, jejichž cíl spočívá ukázat možnou cestu, kudy se ubírat při vyřešení nadbytečného stresu, záplavy úkolů, nebo zkrátka při hledání způsobu, jak si najít více času na sebe a své blízké. Jezdí po republice (české i slovenské), účastní se odborných konferencí, vede specializované kurzy pro veřejnosti i uzavřená školení – ať už pro komerční sféru, nebo neziskový sektor či školství. Neslibujej zázraky, ale skrze několik konkrétních kroků nabízí možnosti, jak k pozitivním změnám dospět.