



Îmi gestionez energia, nu timpul

Timpul e o resursă limitată, dar energia personală e regenerabilă!



Unde ne risipim energia? Cum putem crește nivelul energiei? Cum putem ajunge la acel punct de productivitate maximă? Ultimele studii arată că productivitatea are mai puțin de-a face cu numărul de ore pe care le lucrăm și cu efortul pe care îl investim, însă este mai strâns legată de **calitatea energiei pe care o transpunem în activitățile noastre.**



Oricine dorește să își eficientizeze modul de lucru



2 sesiuni * 3 ore



Training experiențial online



Evaluare folosită – Analiza Profilului Personal Thomas

ce obțin

- Înțeleg cele 4 tipuri de energie
- Înțeleg conexiunea dintre tipurile de energie
- Identific propriul ritm
- Identific și să exerseze strategii de armonizare cu ritmul propriu



teme

- De ce să ne gestionăm energia personală?
- Cele 4 Tipuri de energie: fizică, mentală, emoțională, și a sensului & scopului
- Instrumente de gestionare a fiecărui tip de energie
- Plan personal de acțiune



etape

**Evaluez**

- Completez online evaluarea **Analiza Profilului Personal - PPA Thomas** pentru a mă cunoaște mai bine

**Setez obiective**

- Primesc **raportul** și pe baza rezultatelor evaluării îmi setez obiective personale

**Dezvolt**

- Particip la curs și identific acțiuni specifice și relevante pentru obiectivele mele

APASĂ AICI pentru a afla mai multe despre PPA

cost

150 euro
+ TVA/ pers**Preț special pentru persoane fizice**
sau pentru **echipe.****Contactează-ne pentru detalii!****APASĂ AICI pentru a accesa formularul de înscriere**

Sună la **0259-411983** / **0747-119519** sau scrie la **office@romarketing.ro** și echipa noastră de consultanți te va contacta pentru a personaliza programul în funcție de nevoile și specificul echipei și organizației voastre.