



Pegaso Lavoro Soc. Coop



Segreteria di Pescara

# LA GESTIONE DEL TEMPO E DI SE STESSI

**17 aprile 2015**

Sala Convegni Parrocchia S. Teresa D'Avila

via Nora (zona Parco) - Spoltore

**evento n. 3174-114423 Ed. 1**

**Crediti ECM assegnati 9,0**



## **Relatore:**

**Dott. Roberto Biancat**

## **OBIETTIVO DEL CORSO**

Sapere: conoscere i fondamenti del time management; riconoscere le più frequenti “trappole rubatempo” nell’ambito dell’attività sanitaria; conoscere le tecniche base di project management in sanità. Saper fare: saper evitare le “trappole rubatempo”; saper pianificare le proprie ed altrui attività in base a principi di efficacia ed efficienza; riconoscere e distinguere importanza e urgenza. Saper essere: mantenere il controllo della propria attività e del proprio timing in base alle evidenze professionali. Parole chiave: gestione del tempo, obiettivi, project management.

## **PROGRAMMA DIDATTICO**

**08,15- 08.30** Registrazione partecipanti  
**08,30-09.00** Introduzione alla giornata- aspetti organizzativi –ECM  
**09,00-09.15** Esercitazione preliminare (giro di tavolo)  
**09.15-10,00** Il Time management  
**10,00-10,30** I rubatempo  
**10,30-11,00** esercitazione  
**11,00-11,15** pausa  
**11,15-12,15** Presentazione lavori e dibattito guidato  
**12,15-13,00** Lezione di vita (lettura commentata)  
**13.00-14,00** **pausa pranzo**

**14.00 – 15.00** Tecniche di project management  
**15.00 – 16.10** Il principio di Eisenhower  
**16.10 – 16.50** Il principio di Eisenhower: esercitazione  
**16.50 – 17.30** Presentazione lavori e dibattito guidato  
**17.30 – 18.00** Alcune tecniche di programmazione  
**18.00 – 18.30** I 5 peggiori errori da evitare  
**18.30 – 19.00** I ladri del tempo- come scovarli; Il telefono aguzzino Compendio delle trappole insidiose e conclusioni  
**19.00-19.30** Adempimenti ECM

**SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**  
**PEGASO LAVORO Soc. coop.**

Via F. Squartini, 3 - 56121 Pisa - tel. 050.503825 [info@pegasolavoro.it](mailto:info@pegasolavoro.it) . [www.pegasolavoro.eu](http://www.pegasolavoro.eu)

**Posti ECM: 150**

**Destinatari del corso: Tutte le professioni sanitarie**

Alcuni posti riservati agli OSS

La segreteria organizzativa si riserva il diritto di annullare l'evento in mancanza di un numero sufficiente di iscrizioni con restituzione della quota versata.

**QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

|  |                |
|--|----------------|
| <b>Iscritti al sindacato</b>             | <b>€ 10,00</b> |
| <b>Non Iscritti al sindacato Nursind</b> | <b>€ 30,00</b> |
| <b>OSS</b>                               | <b>€ 20,00</b> |

**MODALITA' DI ISCRIZIONE**

**Iscrizione on line obbligatoria sul sito di Pegaso Lavoro**  
**[www.pegasolavoro.eu](http://www.pegasolavoro.eu)**

**Prima è necessario registrarsi come utenti del sito per avere la possibilità di iscriversi a tutti i corsi in calendario**

**Entro 7 giorni dalla preiscrizione deve essere effettuato il pagamento pena cancellazione dal corso senza alcun obbligo di preavviso da parte della segreteria organizzativa.**

**Farà fede la data di versamento.**

**Non saranno effettuati rimborsi della quota di iscrizione per nessun motivo.**

I dati personali verranno trattati ai fini delle operazioni di segreteria relative all'iscrizione al Corso e per l'erogazione dei servizi connessi (Crediti ECM).

L'autorizzazione al trattamento dei vostri dati è obbligatoria e in sua assenza non sarà possibile procedere con le operazioni di iscrizione.

Al riguardo, sono garantiti i diritti sanciti dall'Art.7 del decreto Legislativo 196/2003. I dati verranno comunicati esclusivamente al Ministero della Salute per l'espletamento della pratica.

**MODALITA' DI VERSAMENTO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE**

**tramite BOLLETTINO POSTALE e BONIFICO *Indicare il nominativo del partecipante e la causale "PE 170415".***

Regolarizzare l'iscrizione inviando la ricevuta del versamento per FAX **050.7911012**, o per e-mail [info@pegasolavoro.it](mailto:info@pegasolavoro.it)

**Regolamento rilascio dell'Attestato ECM**

Ogni partecipante potrà ottenere i crediti sulla base dei seguenti criteri:

- percentuale di presenza al 100%
- superamento della verifica di apprendimento (75% livello di sufficienza) attraverso la compilazione del questionario finale
- compilazione e consegna della scheda di valutazione dell'evento.

Il questionario e la scheda di valutazione dovranno essere consegnati al termine dei lavori. La mancata compilazione e/o consegna del questionario e della scheda di valutazione fanno decadere i diritti all'acquisizione dei crediti formativi.