



**David Barreda Carrillo**

**Formador y Facilitador  
Procesos y Aprendizaje**

## **TALLER: " Cómo Gestionar el tiempo "SIN TIEMPO" "**

***Si miras tu agenda, ¿Cuántas cosas tienes que hacer la próxima semana? ¿Te parecen muchas o pocas? ¿Llegarás a todas?***

***¿Crees que podrás desconectar en verano o tendrás que dedicar tiempo y energía a alguna tarea pendiente?***

***En tu día a día, ¿Qué percepción tienes sobre cuántas cosas haces y cuántas cosas te quedan por hacer? ¿Te suele acompañar la sensación de que no llegas a todo?***

***Alguna vez... ¿has tenido la sensación de que dedicas un tiempo a planificar cosas que luego se hacen tarde o no se hacen? ¿Sientes que dedicas más energía a 'apagar fuegos' que a hacer lo que tenía pensado hacer?***

***¿Qué significa para ti tener tiempo?***

***¿Qué impacto tiene todo esto en la calidad de tu desempeño, en tu efectividad y en tu propio bienestar?***

***Si alguna de estas preguntas forman parte de tus preocupaciones recurrentes te interesará asistir a este taller. ¡!!! Te esperamos!!***