

GESTÃO DO TEMPO



O que você irá aprender?

Aprenderá a planejar as atividades de cada dia, estabelecendo prioridades a fim de otimizar o seu tempo e melhorar sua qualidade de vida.

Temas abordados:

- Apresentação;
- Gestão do tempo: uma breve definição;
- O tempo e você;
- Tempo e produtividade;
- Tempo de trabalho e tempo de lazer ou livre;
- A mulher do nosso tempo;
- Gestão do tempo cotidiano.



Aprenda com diferentes recursos!

- Telas interativas;
- Atividades de fixação;
- Material didático com versão para download;
- Leitura complementar.



O que é necessário para matricular-se?

- Dispositivo (celular, computador, tablet) com acesso à internet.



É hora de investir em você!

Duração: 12 horas

[Clique aqui e increva-se](#)