

## Administração do Tempo é tema de curso promovido pelo CEA

### Notícias

Postado em: 05/12/2017 17:20

Teve início ontem (04), o curso Administração do Tempo promovido pelo Centro de Estudos e Aperfeiçoamento da Procuradoria Geral do Estado em parceria com o Senac. As aulas serão ministradas pelo consultor Wladimir Martins, expertise em coaching de carreira e coaching executivo, avaliação de desempenho e análise de perfil comportamental. O curso destinado a procuradores e demais servidores do órgão terá novas aulas nos dias 06, 07 e 11 deste mês, na sala de capacitação, sempre das 14 às 18 horas.

Segundo Wladimir Martins o programa do curso foi construído para que o participante obtenha maior entendimento da administração do tempo e das prioridades e, como protagonista, aprenda a otimizar seu desempenho e produtividade. " O fator tempo tem se tornado algo valioso em nossa rotina, por isso é importante refletir sobre como administrar o tempo na atualidade, e utilizar estratégias que ajudem a conciliar as inúmeras responsabilidades e desafios que são impostos ao seu cotidiano, tanto no ambiente de trabalho como em casa", pontuou.

Para o assistente de procuradoria Leandro Vinicius Silva Calheira, um dos participantes, o curso irá lhe proporcionar conhecimento de técnicas comprovadas de organização, controle e definição de preferências " o que poderá aumentar minha produtividade e tempo livre, tornando minha vida melhor e mais tranquila", afirmou.

O consultor lembra que a boa administração do tempo contribui para a diminuição do estresse, melhora o bem-estar e, portanto, aumenta a qualidade e expectativa de vida.

"Saiba administrar o seu tempo, a ponto de poder usá-lo como um aliado e não como inimigo. Esta é uma habilidade que as empresas valorizam e que você pode aplicar imediatamente tanto em sua vida profissional como pessoal", alertou.