

CURSO OPTIMIZACIÓN DEL TRABAJO Y GESTIÓN DEL TIEMPO

Duración	6 horas		
Fechas y Horario	8 y 15 de mayo de 2026 (09:30-12:30h)		
Modalidad	Presencial por aula virtual		
Formador	Manel Guerris		
Coste del curso		Con bonificación (1)	Sin bonificación (Importe factura)
	Socios	145,14€	270€ (223,14€ + IVA)
	Colaboradores	178,61€	310,50€ (256,61€ + IVA)
	No socios	234,40€	378€ (312,40€ + IVA)

(1) Coste final descontando el importe teórico máximo bonificable. ASEFAPI no podrá realizar físicamente la gestión de la bonificación en la aplicación de la Fundación Estatal para la formación en el Empleo, pero las empresas podrán contar con el asesoramiento y guía en este proceso por parte de ASEFAPI (solo socios).

LAS REGLAS DE FUNDAE NO PERMITEN LA BONIFICACIÓN EN EL CASO QUE SE GESTIONE A TRAVÉS DE UNA ENTIDAD ORGANIZADORA EXTERNA.

Fecha límite para inscribirse: 30-04-2026

Introducción

La aceleración tecnológica y las nuevas exigencias del mercado obligan a gestionar de forma eficiente nuestro tiempo. Esta formación propone una metodología práctica para organizar el trabajo, mejorar el rendimiento y reducir el estrés derivado de una deficiente planificación.

Destinatarios

Profesionales que deseen gestionar mejor su tiempo y tareas, aumentar su eficacia y desarrollar una planificación más eficiente en su entorno laboral.

Objetivos

- Analizar el tiempo como un recurso estratégico.
- Establecer pautas prácticas para mejorar la organización personal.
- Identificar ladrones del tiempo y hábitos ineficientes.
- Mejorar la productividad personal y reducir el estrés diario.

Contenidos

1. El tiempo como recurso y los hábitos asociados
2. Análisis del sistema actual de gestión del tiempo
 - Tipologías personales y diagnóstico individual
 - Urgente vs. importante
3. Causas de una gestión ineficiente
4. Criterios y técnicas de priorización
5. Buenas prácticas en la gestión del tiempo
 - Interrupciones, reuniones, documentación, delegación
6. Plan de acción personal
 - Reprogramación, planificación, hábitos y asertividad

Formadores:

Manel Guerris Larruy

- Director Académico Programa de Gestión Avanzada
- Ingeniero Industrial (UPC)
- Instituto Químico de Sarrià (IQS):
 - Doctor en Filosofía - Doctorado, Competitividad Empresarial y Territorial, Innovación y Sostenibilidad.
 - Master Economy and Management Research, Business Administration and Management.

Bonificaciones

Según la Resolución de 15 de abril de 2020 (actualmente vigente), en materia de formación profesional para el empleo en el ámbito laboral, se acepta el uso del aula virtual como modalidad presencial en la formación bonificada durante el ejercicio 2026, sujeta a diversos requisitos. Entendemos, según este comunicado, que no debiera haber ningún problema a la hora de justificar dicha formación. No obstante, ASEFAPI no asume responsabilidad en caso de denegación de bonificación por FUNDAE.

Condiciones de Inscripción

Las plazas son limitadas y la reserva se hará por riguroso orden de inscripción. Los administradores al curso recibirán confirmación por escrito.

ANULACIÓN CURSO

ASEFAPI se reserva el derecho a cancelar el curso por falta de participantes. En este caso, se procederá, según decisión de la empresa, a las correspondientes devoluciones o aplicaciones a cursos futuros.

ANULACIÓN RESERVA

ASEFAPI ruega que, si una vez efectuada la reserva de plaza en el curso no desea mantener su solicitud, nos envíe por escrito vía e-mail, la anulación de su reserva.

El titular de la inscripción, en caso de no poder participar, podrá ser sustituido por otro de la misma empresa siempre que se comunique con tres días de antelación al inicio del curso.

ASEFAPI está obligada a aplicar las retenciones siguientes en el caso de:

- Cancelaciones entre 10 y 6 días hábiles antes del comienzo del curso: 30%
- Cancelaciones hasta 5 días hábiles antes del comienzo del curso: 100%

