

# **Programa Desarrollo Profesional para Laboralistas:** **Gestión del tiempo y autoconocimiento: claves para la** **productividad y equilibrio**



**JORNADAS FORMATIVAS**

**LHH**

**asnal6**  
Asociación Nacional de Laboralistas

**ACCESO GRATUITO Y EXCLUSIVO PARA MIEMBROS DE ASNALA**

**JUEVES**  
**24 DE ABRIL DE 2025 DE 16:00 A 17:30 H**

# Programa Desarrollo Profesional para Laboralistas: Gestión del tiempo y autoconocimiento: claves para la productividad y equilibrio

**La gestión del tiempo es crucial** por varias razones que impactan tanto en tu vida personal como profesional, pero en ocasiones no conseguimos una buena gestión de nuestro tiempo porque pretendemos aplicar herramientas y técnicas sin esa **autovaloración previa** de nuestra forma de **gestionar el tiempo (autoconocimiento)**

En este taller, trabajaremos sobre el **autoconocimiento** para mejorar la **gestión del tiempo** y alcanzar un **equilibrio entre la vida personal y profesional**, proporcionando herramientas y estrategias que permitan **mejorar la organización** personal y profesional, optimizando el **uso del tiempo** y aumentando la **eficiencia**”

**Ponente: Sandra Donaire**

**Programa:**

- ◆ Tomar consciencia de nuestra actual gestión
- ◆ Poner en marcha estrategias
- ◆ Generar un plan de acción sostenible

**JORNADAS FORMATIVAS**

**LHH**

**asnala**  
Asociación Nacional de Laboralistas

**ACCESO GRATUITO Y EXCLUSIVO PARA MIEMBROS DE ASNALA**

**JUEVES  
24 DE ABRIL DE 2025 DE 16:00 A 17:30 H**

ACCESO GRATUITO Y EXCLUSIVO PARA MIEMBROS DE ASNALA

**JUEVES**  
**24 DE ABRIL DE 2025 DE 16:00 A 17:30 H**

**24 de abril de 2025**  
**de 16:00 a 17:30**  
**Retransmitido en directo**

## **ASISTENCIA ONLINE**

El enlace se remitirá el día  
24/04/2025

## **Inscripciones**

[https://www.asnala.com/  
eventos/gestion-del-tiempo-y-  
autoconocimiento-claves-para-  
la-productividad-y-equilibrio](https://www.asnala.com/eventos/gestion-del-tiempo-y-autoconocimiento-claves-para-la-productividad-y-equilibrio)

