

Občina Ajdovščina vas v sklopu projekta SRC-EDIH (evropsko digitalno inovacijsko stičišče), ki ga sofinancirata Evropska unija in Ministrstvo za digitalno preobrazbo, vabi na brezplačno delavnico,

Učinkovita organizacija časa

Kdaj: petek, 24. 10. 2025 ob 9.00 uri

Trajanje: 4 ure

Lokacija: Območna obrtno-podjetniška zbornica Ajdovščina, Vipavska cesta 4, 5270 Ajdovščina

Ključni cilj delavnice je, da izboljšate organizacijo, kar vam bo dalo večji občutek nadzora nad lastnim urnikom (in življenjem) in pomagalo do večje osebne učinkovitosti. Tako lahko bolj izkoristite čas za tisto, kar je zares pomembno in za aktivnosti, ki vas bodo približale vašim ciljem.

Po delavnici boste:

- Od nenehnega hitenja prešli k bolj umirjenemu in bolj učinkovitemu delu.
- Povečali zavedanje o lastni porabi časa in s tem znali bolje usmeriti svoj fokus.
- Implementirali v vsakdanje delo ključne principe in tehnike dobre organizacije časa, s katerimi se bo vaša osebna učinkovitost povečala, stres pa zmanjšal.

Vsebina

1. del: 'Psihologija' dobrega upravljanje s časom

- Psihološka podlaga in okvir, v katerem upravljanje s časom deluje
- Bistvo organizacije časa – umirjenost in oster fokus
- Vrednost vašega časa, percepcija in zavedanje časa
- Miti o upravljanju s časom
- Največje ovire dobrega upravljanja s časom in kako jih odpraviti
- Začetna točka: trenutna poraba (samozavedanje) časa in skrite rezerve
- Postavljanje ciljev

2. del: Tehnike in navade dobrega upravljanja s časom

- Metode planiranja in organizacije urnika za večjo učinkovitost in zadovoljstvo ter spremljanje napredka
- Postavljanje prioritet z metodo ABCD in priprava izvedljive 'TO DO' liste
- Pametna uporaba tehnologij in informacij

3. del: Tehnike in navade dobrega upravljanja s časom (nadaljevanje)

- Kradljivci časa in upravljanje zunanjih dejavnikov in motenj: sodelavci, telefoni, maili, sestanki, ureditev delovne mize....
- Paretovo načelo in usmerjanje svoje pozornosti na najpomembnejše
- Kako prenehati s odlašanjem
- Kako kljub veliki količini dela ostati učinkovit in zbran skozi cel dan

Celotna delavnica je zelo praktično naravnana, s konkretnimi napotki, vajami in oprijemljivimi tehnikami.

Izvajalka: Brigita Tomas

Je trenerka poslovnih veščin in svetovalka. Izvaja treninge in mentorstva na področjih vodenja, uvajanja sprememb, komunikacije, osebne učinkovitosti. Na temo managementa organizacijskih sprememb je magistrirala na York St. John University, UK.

Za udeležbo na delavnici je potrebna predhodna prijava na <https://src-edih.rc-nm.si/izobrazevanje/ucinkovita-organizacija-casa/>.

Delavnica je za udeležence brezplačna.

Za vsa dodatna vprašanja se lahko obrnete na greti.kobal@ajdovscina.si ali 05/36 59 108.

Vljudno vabljeni!

Aktivnost poteka v okviru projekta SRC-EDIH, ki ga sofinancirata Evropska Unija in Ministrstvo za digitalno preobrazbo.