

CORSO

→ *L'evento si svolgerà in videoconferenza* ←

**Come migliorare la produttività e il benessere
attraverso un corretto uso del digitale.
*Digital detox***

LUNEDÌ 5 LUGLIO 2021

Orario: 09.00 - 13.00

DOCENTI

Dr. Gaetano Torrisi,
Docente di Comunicazione d'impresa e Marketing - Università di Siena

Dr. Manuel Pieri,
Esperto in Comunicazione e Marketing digitale

www.tiforma.it



Presentazione e Obiettivi

Non tutti sanno che, sul luogo di lavoro, disperdiamo ogni giorno fino ad un 36% del nostro tempo senza neppure accorgercene.

Ciò avviene perché commettiamo alcuni errori nella gestione di 3 fattori chiave: tempo, attenzione ed energia.

Può suonare strano ma i nostri migliori alleati sono anche i nostri grandi nemici: I mezzi digitali sono i protagonisti dell'epoca in cui viviamo, l'era della distrazione.

Il corso formativo tocca con mano il concetto di produttività e lo evolve. Produttività significa ottenere risultati adeguati alle risorse a disposizione. Ma di quali risorse stiamo parlando? Tempo, tecnologie, strumenti, conoscenze.

Un aspetto troppo spesso sottovalutato sia all'interno delle organizzazioni aziendali che dai singoli professionisti è che attraverso un uso consapevole degli strumenti digitali è possibile migliorare la produttività.

Senza precisi riferimenti, in pochi riescono a valutare l'impatto che tutto questo ha sulla qualità del proprio lavoro e sulle relazioni che si hanno verso clienti, colleghi e collaboratori.

A differenza di quello che si può pensare, la vera produttività sta nel saper tutelare e sviluppare la propria capacità di ragionamento profondo. E' questa attitudine che consente di fare la differenza in ambito professionale o in contesti competitivi.

Gli obiettivi del corso sono:

- Svelare le architetture "killer" che stanno dietro al successo di alcuni strumenti digitali come app o social network
- Risolvere alcuni sintomi di stress da digitale che vengono normalmente sottovalutati (il cosiddetto digital detox)
- Riconoscere la distrazione come causa del mancato raggiungimento di alcuni obiettivi e valorizzare la capacità di attenzione come soluzione
- Prendere consapevolezza di come la nostra struttura psicologica ci renda vittime di alcune trappole mentali che limitano le nostre capacità di concentrazione
- Fornire strumenti pratici per migliorare la gestione del tempo in ambito professionale e in corretto equilibrio con la vita privata

DESTINATARI

Personale che è impegnato (a tutti i livelli) in attività di concetto, analisi e ragionamento.



MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

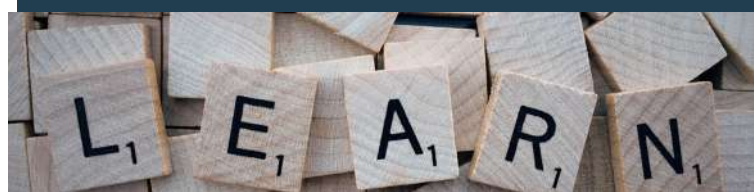
L'evento si svolgerà in videoconferenza attraverso lo strumento di comunicazione **ZOOM**; il link di accesso sarà disponibile sulla piattaforma didattica **Tiforma.academy**.

Le istruzioni operative dettagliate saranno fornite ai partecipanti qualche giorno prima dello svolgimento del corso.



Segreteria organizzativa:
Giulia Gelli
ggelli@tiforma.it

Ti Forma S.r.l.
Via Giovanni Paisiello, 8
50144 Firenze
Tel. 055-210755 (Tasto 2)
Fax 055 291715
P.IVA/C.F. 04633850484
www.tiforma.it





Programma

**Ore 08.30 - Verifica connessione e funzionalità strumenti di condivisione*

- Chi siamo veramente? E perché i mezzi digitali non fanno per noi?
- Uno sguardo alla pervasività del digitale nella vita quotidiana
- Focus sullo smartphone: croce e delizia della nostra produttività
- Perché i mezzi digitali sono perfetti per distrarci?
- Il caso dei social media e della loro "programmazione"
- Schiavi o padroni della nostra produttività? La risposta è nel ciclo delle abitudini
- Da schiavi a padroni: 10 regole d'oro da applicare immediatamente
- Come usare la tecnologia per controllare la tecnologia
- Come diventare "indistraibili"
- Produttività = qualità della vita = equilibrio nella gestione di concentrazione, tempo e energia

DESTINATARI

Personale che è impegnato (a tutti i livelli) in attività di concetto, analisi e ragionamento.



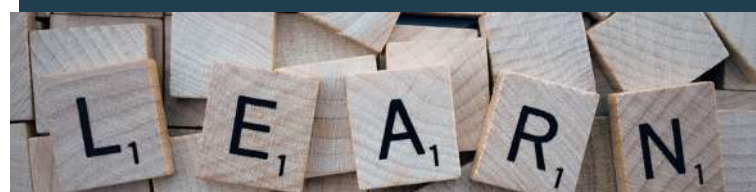
MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

L'evento si svolgerà in videoconferenza attraverso lo strumento di comunicazione **ZOOM**; il link di accesso sarà disponibile sulla piattaforma didattica **Tiforma.academy**. Le istruzioni operative dettagliate saranno fornite ai partecipanti qualche giorno prima dello svolgimento del corso.



Segreteria organizzativa:
Giulia Gelli
ggelli@tiforma.it

Ti Forma S.r.l.
Via Giovanni Paisiello, 8
50144 Firenze
Tel. 055-210755 (Tasto 2)
Fax 055 291715
P.IVA/C.F. 04633850484
www.tiforma.it



Informativa Clienti Formazione- Articoli 13 e 14 del Regolamento (UE) 2016/679
Privacy notice (o informativa essenziale)

Chi è il titolare del trattamento?	TI FORMA S.R.L.	Indirizzo: Via Giovanni Paisiello, 8 - 50144 Firenze Tel. 055 210755 email: info@tiforma.it
Chi è il responsabile della protezione dei dati?	DPO	dpo@tiforma.it
Chi sono i destinatari?	responsabili esterni del trattamento ed eventuali ulteriori titolari e/o contitolari	-istituti bancari per la gestione di incassi e pagamenti -società e studi legali per la tutela dei diritti contrattuali e/o che si occupano di recupero del credito -società di elaborazione dati e di servizi informatici (es. web hosting, data entry, gestione e manutenzione infrastrutture e servizi informatici, ecc.); -consulenti esterni per fini amministrativi -eventuali partners ai fini dello svolgimento di eventi organizzati insieme La comunicazione può avvenire anche nei confronti dell'amministrazione finanziaria, degli enti pubblici di vigilanza e controllo nei confronti dei quali il Titolare deve adempiere a specifici obblighi.
Cosa sarà fatto dei tuoi dati personali?		
I dati personali saranno trattati:	il trattamento avviene in base a:	Dati trattati:
per la gestione dell'ordine	contratto in essere	Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC
per l'esecuzione e la gestione del rapporto contrattuale instaurato	adempimento di attività conseguenti al rapporto instaurato e regolamentate per il settore di mercato del titolare del trattamento	numero di telefono fisso e/o mobile e indirizzo telematico
per la fornitura del servizio acquistato		
per la fatturazione e il pagamento		
per l'attività di assistenza alla clientela sui servizi venduti e/o la trattazione dei reclami		
per l'adempimento di obblighi di legge dipendenti dal rapporto contrattuale	obblighi fiscali e contabili e di controllo dell'attività e dipendenti dalla normativa di settore; obblighi di monitoraggio e di vigilanza cui è sottoposta l'attività svolta dal titolare del trattamento	Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC
per la comunicazione a destinatari e/o terzi in dipendenza del rapporto contrattuale e degli obblighi che ne derivano	legittimo interesse del titolare del trattamento o di terzi e destinatari	
per la loro archiviazione e conservazione	obblighi di legge di natura contabile e fiscale o per l'esercizio dei diritti dipendenti dal contratto con il Titolare	
per l'adempimento degli obblighi di sicurezza informatica	legittimo interesse del titolare del trattamento o di terzi e destinatari	
Quali dati personali verranno trattati?		
<ul style="list-style-type: none"> o Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC, posizione professionale, data e luogo di nascita, dati iscrizione all'ordine professionale 		

Ti informiamo che puoi esercitare in qualsiasi momento il diritto di reclamo all'Autorità competente e gli altri diritti previsti dagli artt. 15 e ss. del Regolamento Europeo (UE) 2016/679.

Per maggiori informazioni consulta l'informativa Clienti Formazione completa al seguente link <http://www.tiforma.it/privacy-e-cookie/informativa-completa-clienti-formazione/> o contattaci all'indirizzo mail info@tiforma.it