

MARTEDI 24 FEBBRAIO 2015

Agenda/Tempo Libero pag.20

CORRIERE MERCANTILE

Gestire il tempo

TRE INCONTRI CON GENOVA CULTURA

Genova Cultura propone la rassegna dedicata alla "Gestione del tempo" a cura di Irene Novello. Non è facile dare una definizione univoca alla capacità di gestire il tempo. Il tempo in realtà non lo si può gestire. Il tempo scorre e non possiamo sicuramente decidere quanto. Il time management potrebbe essere la capacità di riempire in modo giusto il tempo a disposizione. È una definizione abbastanza buona perché rende bene l'idea di organizzare le attività nel corso della giornata, in modo attento, cercando di incastrare tutto, un po' come quando si parte per un viaggio e si cerca di mettere in valigia tutto quello che serve, sapendo che non si può superare un certo peso. Non

è sufficiente riempire ogni minimo minuto della nostra giornata per poter dire di aver gestito bene il tempo. L'elemento su cui si deve fare attenzione è la qualità di ciò che si fa, la qualità di ciò che facciamo nel tempo che abbiamo a disposizione. Questo è un argomento molto difficile perché non è possibile definire a priori la qualità delle attività svolte. Non è bravo a gestire il tempo chi fa tante cose, ma è bravo chi riesce a fare le cose più importanti. Il concetto di importanza però è assolutamente relativo. Ogni incontro avrà la durata di un'ora e mezza dalle 18.30 alle 20. Si comincia da domani con "Risparmiare un'ora al giorno". Capire quali sono le nostre abitudini, come e quali cose facciamo, a quali impegni non possiamo rinunciare e perché ci sentiamo sempre in affanno: con delle semplici tecniche di organizzazione riusciremo a fare tutto e - persino - a risparmiare un'ora al



Harold Lloyd nella celebre scena di "Preferisco l'ascensore!" (1923)

giorno tutta per noi. Mercoledì 4 marzo il secondo incontro s'intitola: "Lavorare di più? No, lavorare meglio". Le nostre giornate di lavoro sono frenetiche e anche se corriamo spesso non riusciamo a portare a termine tutto ciò che vorremmo o dovremmo. È importante avere consapevolezza del nostro flusso di lavoro ed è utile avere tutta una serie di strumenti e strategie che ci supportino quotidianamente. La rassegna si chiude mercoledì 11 marzo con il terzo incontro "Se avessi due mani in più!". Quante volte avete esclamato: "Se avessi due mani in più!" Quando in casa dovete preparare la cena, stendere il bucato appena tolto dalla lavatrice, ascoltare la lezione di vostro figlio e rispondere al telefono... In realtà c'è un modo per riuscire ad avere il tempo per tutto, anzi ce ne sono molti, uno fra tutti: imparare a delegare. Per informazioni tel. 010 3014333 - 392 1152682.