

OTRĀS SMADZENES

Moderniem profesionāļiem, kuri ir mērķtiecīgi savas produktivitātes izkopšanā.

KURSA IEGUVUMI

Spēja praktiski uzlabot savu produktivitāti ar:

- apskatītām produktivitātes kļūdām un risinājumiem to labošanai;
- apskatītiem konkrētiem risinājumiem mūsu otro smadzeņu sistēmai;
- atkārtošanai un iemaņu uzturēšanai parocīgiem izdales materiāliem.

PROGRAMMA

2 tiešsaistes mācību sesijas | 8 akadēmiskās stundas

SESIJA I

FIZISKIE RISINĀJUMI

Kas ir produktivitāte? Kā to sasniegt?

- Izaicinājumi profesionālajā vidē

Kā optimizēt informācijas plūsmu?

- Nogriežņi / Fiziskā organizēšana

Kā kārtot darbu plūsmu?

- Ergonomika / Telpas attīrīšana

Kā kontrolēt fizioloģiju?

- Gaiss / Ūdens / Prāts

SESIJA II

TEHNOLOĢIJU RISINĀJUMI

Kā optimizēt digitālo informāciju plūsmu?

- E-pasti / Informācijas glabāšana u.c.

Kā automatizēt rutīnas darbus?

- Dokumenti u.c. automatizācija

Kā monitorēt sevi un savu fizioloģiju?

- Digitālie asistenti

Kā ieviest praktiskas izmaiņas ikdienā

- Turpmāko soļu plāns

PAR TRENERI



Kārlis Apkalns

- MBA (Rīgas Biznesa skola).
- Latvijas TOP biznesa treneris, izveidojis seminārus par 20+ tēmām.
- Trenējis Latvijas valsts pārvaldes augstākā līmeņa vadītājus, Latvijas Bankas un Latvijas Universitātes, Valsts Ieņēmumu dienesta, Latvenergo administrācijas komandas, Latvijas vadošos start-up uzņēmumus un 400 citu organizāciju komandas.
- Strādā ar Rīgas Biznesa skolas studentiem.



DATUMS:

23. un 30. oktobris



VIETA:

Mācības tiešsaistē



LAIKS:

09:00 - 13:00



DALĪBAS MAKSA:

195 EUR + PVN