



**EUROPEAN ACADEMY OF NEUROSCIENCES**  
— **ECONOMICS AND HUMANITIES** —  
EUROPEAN NEUROSCIENCE ACADEMY

# Curso de Alta productividad



EUROPEAN ACADEMY OF NEUROSCIENCES  
ECONOMICS AND HUMANITIES  
EUROPEAN NEUROSCIENCE ACADEMY

# Curso de Alta productividad

En esta formación, veremos cómo gestionar mejor nuestro tiempo y tareas a través de técnicas y estrategias que nos harán ser más eficientes.

En ocasiones es porque empezamos un proyecto o negocio desde cero y no sabemos cómo organizarnos, y en ocasiones porque llevamos ya varios años y tenemos tanto trabajo que no sabemos cómo priorizar todos los frentes que tenemos abiertos.

El caso es que la optimización de la productividad y la gestión del tiempo son factores clave, incluso imprescindibles para llegar a buen puerto.

A lo largo de este curso veremos teoría y práctica (herramientas y recursos) para organizarte mejor y conseguir mejores resultados con menos esfuerzo.

Nuestro lema será:

**"No trabajes más. Trabaja mejor."**

Consulta los contenidos de este curso:

- 1. Clasificación de tareas
- 2. Gestión del tiempo
- 3. Evitar la procrastinación
- 4. Getting things done
- 5. Reuniones
- 6. Coste de oportunidad
- 7. Control del tiempo
- 8. Ahorrar segundos es ahorrar días
- 9. Extensiones de Chrome para ser más productivo
- 10. Inbox Zero