



# Organización y gestión del tiempo

*Brenda Mejía*  
Consultora en Imagen Profesional

Administra y gestiona tu tiempo de una  
manera más productiva y eficaz



## Objetivo

Organiza tu tiempo de una manera más eficiente y funcional para la exitosa realización de tus actividades diarias tanto en el ámbito personal y como en el profesional. Desarrolla el conocimiento y aplicación de herramientas electrónicas para la gestión de las actividades cotidianas.





# Beneficios

- Organiza tu tiempo de una manera más eficiente y funcional.
- Analiza tu autoconciencia para mejorar la productividad personal.
- Clasifica y administra las prioridades diarias y evitar olvidar cosas.
- Mejorar tu bienestar aprendiendo a equilibrar tus actividades.
- Conoce un listado amplio de herramientas y aplicaciones digitales que puedan favorecer a la gestión de actividades cotidianas.
- Taller con ejercicios aplicados que te aportarán un cambio inmediato.
- Tener más tiempo libre para disfrutar de tus seres queridos.
- Formato accesible y fácil de darle seguimiento.

# Metodología

Taller práctico de dos sesiones guiado por la metodología de gestión y administración del tiempo a través de herramientas electrónicas y digitales, dirigido a través de una aula virtual, acompañado de un booklet digital de trabajo y complementado por diversos ejercicios complementarios.







# Contenido

1. Desafíos y evolución de la vida actual.
2. Factores de bienestar laboral
3. Administración del tiempo.
4. Asistentes para la administración del tiempo



*Brenda Mejía*  
Consultora en Imagen Profesional

## CONSULTORA EN IMAGEN PÚBLICA

reconocida con Excelencia de Grado en Maestría, comprometida con mi vocación, dispuesta a trabajar en el asesoramiento en el área de la imagen personal y empresarial.

Ofrezco una competente trayectoria profesional avalada por una amplia cartera de clientes satisfechos con el diseño y gestión de la proyección de su imagen.

Ced. Profesional: 11581648



*Brenda Mejía*  
Consultora en Imagen Profesional



[contacto@brendamejia.com](mailto:contacto@brendamejia.com)



(044) 55 19 19 38 13



[www.brendamejia.com](http://www.brendamejia.com)



[brendamejia.imagen](https://www.instagram.com/brendamejia.imagen)