openwebinars.net/cert/jWUm

OpenWebinars certifica que

PERLA BEATRIZ FERNANDEZ OLIVA

Ha realizado con éxito

Gestión de tiempo: ¿Cómo hacer más y estresarnos menos?

Duración	Fecha de expedición	CEO de OpenWebinars
1 hora	**31 enero 2025**	**Manuel Agudo**

Contenido

Gestión de tiempo: ¿Cómo hacer más y estresarnos menos?

- Conceptos básicos sobre el tiempo
- Principios y reglas en la gestión del tiempo
- Identificar ladrones de tiempo
- Técnicas para una gestión eficaz