



**cobaty**  
BERGAMO

# WORKSHOP: LA GESTIONE DEL TEMPO E DELLO STRESS PER L'IMPRENDITORE

## PROGRAMMA:

- 8.30** - Colazione di Benvenuto
- 9.00** - Introduzione - Giacomo Iride
- 9.30** - Inizio workshop - Paolo Manocchi
- 13.00** - Pranzo
- 14.00** - Inizio seconda parte del workshop
- 16.30** - Conclusione

## CONTENUTI della GIORNATA D'AULA

- Introduzione - Giacomo Iride
- Perché sembra così difficile gestire il tempo?
- La puntualità
- Priorità per decidere cosa fare prima e dopo: l'obiettivo ne determina la rotta.
- Attività importanti e attività urgenti – qual è la differenza?
- Le 3 'P' dell'organizzazione: Prevedere, Pianificare, Programmare
- Confronto finale

## OBIETTIVI

Questo incontro ha l'obiettivo di migliorare la comprensione **dell'importanza** che il tempo ricopre nella nostra vita personale e professionale

**ISCRIVITI ORA**

Contributo per gli **associati: €300,00 + iva**  
Costo per i **non associati: €500,00 + iva**

**Giovedì 20 febbraio**

**Dalle ore 8.30**

**Iride srl**

via Martiri della libertà, 14  
Misano Gera d'Adda



**Introduzione:  
GIACOMO IRIDE**



**Formatore:  
PAOLO MANOCCHI**





## PAOLO MANOCCHI

### FORMATORE E LIFE COACH

Svolge questa professione da **37 anni**.

Nel corso della sua carriera consegue due Master in **Programmazione Neuro Linguistica**.

Si specializza nell'Arte del Parlare in Pubblico presso la **Suffolk University di Boston**, USA, terminando il suo iniziale percorso di crescita con un Master in Leadership.

Ottobre 2014 Barcellona e ottobre 2016 Milano, diploma internazionale di Facilitator.

Nel 2020 acquisisce certificazione **INSIGHT SPARKS** per Analisi Predittive.



**Lamborghini Automobili** lo sceglie come Formatore e Professional Coach per il personale, i dirigenti e il Team di supporto della "Squadra Corse" Super Trofeo Endurance.

Docente in diversi Master Sviluppo Risorse Umane come quello de **ILSOLE24ORE**, per il quale ha realizzato il DVD sulla lettura esplorativa pubblicato nell'opera editoriale **Master 24 Management & Leadership**. Svolge attività di formatore e life coach in aziende pubbliche e private, nazionali ed internazionali di piccole, medie e grandi dimensioni. Relatore e progettista a livello nazionale di workshop formativi.

Lavora insieme a **Leonardo Milani**, trainer dei piloti delle Frece Tricolore.

Nel 2021 entra nel team dei docenti del corso di perfezionamento per operatore in Oncologia dell'**Università Politecnica delle Marche**