



+40723242062

office@ancia.ro

www.ancia.ro



Va invita la cursul:

# MANAGEMENTUL TIMPULUI SI TEHNICI DE COMUNICARE ASERTIVA APPLICATE ÎN CONDUCEREA ECHIPELOR



**Locatie: Fizic Bucuresti str. Negustori nr. 23-25;  
Online – Platforma ZOOM**

**Perioada de desfasurare  
05 - 06 februarie 2025**

**Formatori autorizati in comunicare si comportament organizational.**

## Managementul timpului

Organizarea timpului este un subiect despre care toată lumea cunoaște câte ceva, teoretic. Dar câți dintre noi aplicăm aceste cunoștințe în viața personală sau profesională?

Vă propunem următoarea agendă:

- ❖ Planifică, organizează, deleagă. Listele și planificarea timpului
- ❖ Matricea Acțiuni / Priorități și matricea Eisenhower Urgent / Important
- ❖ Intervențiile neplanificate, tehnici de blocare a timpului: Pomodoro, Task Breakdown
- ❖ Unelte digitale, bune practici, schimb de experiență și feedback

## Comunicare Asertiva

- ❖ Comunicarea în echipă
- ❖ Gestionarea conflictului
- ❖ Asertivitate și încredere în sine
- ❖ Ce este comunicarea asertivă
- ❖ Convingerile limitative
- ❖ Emoții și sentimente
- ❖ Cunoașterea stilului de comunicare personal - test
- ❖ Exprimarea asertivă a cerințelor
- ❖ NU asertiv
- ❖ Feedback-ul constructiv
- ❖ Gestionarea criticilor
- ❖ Confruntările constructive

## Conducerea echipelor

- ❖ Introducere în leadership
- ❖ Trăsături necesare leaderului
- ❖ Abilități și comportamente specifice leadership-ului
- ❖ Management versus Leadership
- ❖ Stilurile de leadership
- ❖ Caracteristicile liderilor
- ❖ Comunicare eficientă

- ❖ Stabilirea unui scop comun
- ❖ Delegare adecvată
- ❖ Încurajarea colaborării
- ❖ Motivare și recunoaștere
- ❖ Gestionarea conflictelor
- ❖ Dezvoltarea abilităților
- ❖ Încredere și transparență



Coordonator **A.N.C.I.A. training** - Ionut Gagu - 0723 242062

Inscrierea la acest eveniment se efectuează în baza completării formularului de înscriere de la finalul ofertei și transmiterea acestuia pe fax 031 4053971 sau pe e-mail la **office@ancia.ro** sau **office.ancia@gmail.com** informații suplimentare: **www.ancia.ro**  
Ne găsiți în catalogul SEAP – cod CPV 80530000-8 – Servicii de formare profesională.



**Taxa servicii instruire CURS FIZIC  
950 lei / participant**

**Agenda programului de pregătire:**

- Miercuri 05.02.2025 Orar – 17.30 – 20.30
- Joi 06.02.2025 Orar – 17.30 – 20.30



**Tarif servicii instruire CURS ONLINE**

**850 lei / participant**

La 4 persoane participante din cadrul aceleiași instituții a 5-a persoană beneficiază de gratuitate la serviciile de instruire.



Oferim posibilitatea ca participanții să susțină examen pentru: **ocupatia Asistent Relații Publice și Comunicare**  
Cod cor 333906 conform OG 129 /2000 republicată.



**Certificare A.N.C.I.A. training**

Acest program de pregătire certifică 16 ore de pregătire profesională conform articolului 479 lit.b din Codul Administrativ aprobat prin OUG nr. 57 / 2019

**SC A.N.C.I.A. TRAINING S.R.L.**

Tel/Fax: 031-4053971, **office@ancia.ro**, **office.ancia@gmail.com**

J40/8803/2018; CUI 39516903, BUCUREȘTI, STR. TOPRAISAR NR.10, SECTOR 1 **www.ancia.ro**



+40723242062

office@ancia.ro

www.ancia.ro



**Important!** Examenul se desfasoara dupa programa organizatorului

Documentele necesare in vederea sustinerii examenelor:

- copie CI; copie certificat de nastere; copie Certificat casatorie; copie Diploma licenta

**La solicitarea companiei / institutiei organizam acest program de pregatire profesionala la sediul beneficiarului, pentru un numar de minim 15 persoane participante**

Managementul Timpului si Comunicare Formular de inscriere 05 - 06 februarie 2025		TARIF PARTICIPARE	CONTACT	
<b>DATE ORGANIZATIE PLATITOARE</b>		<b>CURS FIZIC</b> 950 lei / participant	Înscrierea la eveniment se efectuează în baza completării acestui formular de participare și transmiterea acestuia pe fax 031 4053971 sau pe e-mail la <a href="mailto:office@ancia.ro">office@ancia.ro</a> sau <a href="mailto:office.ancia@gmail.com">office.ancia@gmail.com</a> <b>Ne gasiti in catalogul SEAP – cod CPV 80530000-8 – Servicii de formare profesionala</b> <b>Coordonator Ionut Gagiu 0723 242062</b>	
Instituitia/ Compania _____		<b>CURS ONLINE</b> 850 lei / participant		
Str. _____ Nr. _____ Loc _____		<b>Cursul poate fi achizitionat prin intermediul cardului pentru prima de cariera didactica</b>		
Jud/ sect _____ Banca _____		Documente necesare inscrierii: Copie CI Copie Certificat de nastere si casatorie Copie Diploma de licenta		
Cont _____		Miercuri 05.02.2025 Orar – 17.30 – 20.30		
Cui/ CNP _____		Joi 06.02.2025 Orar – 17.30 – 20.30		
Reg. Com _____ Tel. _____				
Fax _____ email _____				
Nr Pers Inscrise _____ Data _____				
Pers de Contact _____				
Aprobat _____				
* Datele de identificare sunt obligatorii în vederea întocmirii și eliberării facturii. Prin semnătură și ștampila autorizată se confirmă înregistrarea la program a delegatului/ delegaților de mai sus și se accepta <b>TERMENII ȘI CONDIȚIILE DE PARTICIPARE</b> la propriu.				
<b>Termeni si conditii:</b>		<b>MODALITATE DE PLATA</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoarea totală a comenzii este de.....lei si include serviciile de instruire si serviciile suport pentru curs.</li> <li>• Beneficiarul va achita această sumă reprezentând contravaloarea serviciilor prestate de către furnizor la semnarea contractului cu minim 5 (cinci) zile înainte de data anuntata de incepere a cursului, aceasta atragand dupa sine validarea contractului.</li> <li>• Înlocuirea participantului înscris este permisă în orice moment cu notificare prealabilă.</li> <li>• Copia ordinului de plată se va transmite înainte de data începerii cursului.</li> <li>• Anularea unei înscrieri efectuate cu rambursarea sumelor virate, se poate face cel mai târziu cu 3 zile lucrătoare înainte de începerea programului. Se iau în considerare numai anularile transmise sub formă scrisă (scrisoare, fax sau e-mail).</li> <li>• Prezentul formular de participare reprezintă comanda ferma din partea participantului/ participanților pentru asigurarea serviciilor de instruire (respectiv cazare) conform O.M.F.P.nr. 29/14.01.2003</li> <li>• Organizatorul isi rezerva dreptul ca in cazul neintrunirii numarului minim de persoane participante la programul de instruire, acesta sa fie decalat intr-o perioada stabilita de comun acord cu beneficiarul.</li> <li>• Prezentul formular are valoare de contract.</li> </ul>		<input type="checkbox"/> Ordin de plata <input type="checkbox"/> Numerar <b>Pentru institutii publice:</b> <b>RO71TREZ7015069XXX019680 - TREZORERIA SECTOR 1</b> <b>Pentru agenti economici:</b> <b>RO62INGB0000999908034014 - BANCA ING BANK</b>		
		Prelucrarea datelor cu caracter personal GDPR Conform regulamentului UE 679/ 2016 si a legislatiei in vigoare, legea 677/2001 cu referire la protectia persoanelor in raport cu prelucrarea datelor personale, A.N.C.I.A. training, se obliga sa respecte si sa asigure in conditii de siguranta datele personale furnizate de participantii la programele de formare profesionala. Detalii puteti afla accesand <a href="http://www.ancia.ro">www.ancia.ro</a>		
<b>Nr.</b>	<b>Nume prenume</b>	<b>Studii</b>	<b>Nr. tel.</b>	<b>Email</b>
1				
2				
3				
4				

**SC A.N.C.I.A TRAINING S.R.L.**

Tel/Fax: 031-4053971, [office@ancia.ro](mailto:office@ancia.ro), [office.ancia@gmail.com](mailto:office.ancia@gmail.com)

J40/8803/2018; CUI 39516903, BUCURESTI, STR. TOPRAISAR NR.10, SECTOR 1 [www.ancia.ro](http://www.ancia.ro)