



CEI 12 INAMICI AI RITMULUI DE LUCRU

1. FRICA DE A SPUNE NU
2. LIPSA ORGANIZĂRII PERSONALE
3. STRESUL ȘI LIPSA RELAXĂRII
4. GESTIONAREA TIMPULUI
5. INABILITATEA DE A ÎNDEPLINI MAI MULTE SARCINI DEODATĂ
6. ECHILIBRU EMOȚIONAL
7. DISTRAGERI ȘI TULBURĂRI
8. DEZVOLTAREA OBICEIURILOR ȘI RUTINELOR
9. DISTRAGERILE CUZATE DE REȚELELE DE SOCIALIZARE
10. SUSȚINEREA CELOR DIN JUR ÎN DETRIMENTUL PROPRIEI PERSOANE
11. EVITAREA DELEGĂRII
12. GRIJA ACORDATĂ VALORILOR

Progresul proiectului

După efectuarea unor cercetări la nivelul fiecărei țări partener, s-au desfășurat activități de focus grup online cu reprezentanții grupului țintă, fiind astfel dezvoltat un raport comun. Raportul surprinde idei despre „filozofia lentă”, fiind evidențiată o listă de

12 „inamici” ai ritmului de lucru, care pot fi priviți drept adevărate obstacole pentru șefi, angajați și alte părți interesate. Odată identificați acești inamici, sarcinile de la locul de muncă pot fi mai bine gestionate.

Pentru a face față acestor „inamici”, au fost dezvoltate 24 de instrumente, fiecare partener fiind responsabil de câte două. În cele din urmă, au fost traduse în 5 limbi diferite (Irlandeză, Română, Spaniolă, Poloneză și Slovenă).

Partenerii proiectului

ANDRAGOŠKI ZAVOD
LJUĐSKA UNIVERZA VELENJE



I&F
Instruction & Formation
LEARNING FOR LIVING

ORANGE HILL

GrowthCoop
developing people

INDEPCIE



Rezultatele proiectului

În cadrul proiectului vor fi dezvoltate trei Rezultate Intellectuale:

O1. 'SLOW BOSS', concentrat pe **ritmul de lucru** al managerilor; și al liderilor de companii care sunt nevoiți să facă față ritmului de lucru actual.

O2. 'WORK SLOW, WORK BETTER' constă într-un set de instrumente conceput pentru angajații care se confruntă cu stresul și lipsă de productivitate la locul de muncă.

O3. 'SLOW TRAINING'. Consorțiul proiectului va dezvolta un material de instruire dedicat companiilor și facilitatorilor, fiind implementat sub forma unui sistem online.

ÎNTÂLNIREA FAȚĂ ÎN FAȚĂ GRANADA (SPANIA)

Cea de-a doua întâlnire transnațională din cadrul proiectului SNAIL a avut loc în perioada 31 august - 1 septembrie în Granada, Spania.

Partenerii au discutat despre progresul proiectului, cu accent pe finalizarea primului Rezultat Intellectual. Discuția a fost centrată pe subiecte legate de problemele cauzate de Covid-19 și consecințele sale la locul de muncă, ținând cont de impactul acestuia asupra ritmului de lucru, fiind considerat totodată că pandemia va deveni cel de-al 13-lea „inamic”. De asemenea, au fost abordați pașii în implementarea următoarelor rezultate intelectuale, fiind împărtășite progresul activităților de diseminare a proiectului deja realizate.



[HTTP://WWW.SLOW-WORK.EU/](http://www.slow-work.eu/)

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/SNAILPROJECT](https://www.facebook.com/snailproject)



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

DISCLAIMER: Sprijinul acordat de către Comisia Europeană pentru elaborarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, reflectând doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în aceasta.