

Zeit- und Selbstmanagement

Ziele erreichen durch bewussten Umgang mit der Zeit

Workshop

Kurzbeschreibung

Im schnelllebigen Tagesgeschäft läuft uns die Zeit häufig genug davon. Sie lässt sich nicht vermehren und nicht wieder beschaffen, wenn sie einmal vergangen ist. Die Voraussetzung für erfolgreiches Zeitmanagement ist insbesondere ein funktionierendes Selbstmanagement.

Die Teilnehmer lernen, wie sie den Umgang mit ihrer persönlichen Zeit zielorientiert gestalten können.

Mit Hilfe von Methoden, Techniken und Übungen werden die Schritte zur Umsetzung eines effektiven Zeit- und Selbstmanagements vermittelt. Der Workshop richtet sich an Führungskräfte und Beschäftigte, die den Umgang mit Ihrer persönlichen Ressource "Zeit" verbessern wollen.

Inhalte

- Analyse des eigenen Zeitverhaltens
- Persönliche Arbeits- und Tagesstruktur
- Erfolgsvoraussetzung - richtige Ziele setzen
- Zielorientiert planen - die ALPEN-Methode
- Prioritäten setzen - das ABC-Prinzip
- Umgang mit Routineaufgaben
- Zeitdiebe erkennen
- Prinzip der persönlichen Arbeitsorganisation
- Umgang mit Unterbrechungen
- "Nein" - sagen können
- Realistische Zeitplanung - was funktioniert?
- Tipps zur effektiven Selbstorganisation

Termin

Donnerstag, 22. September 2016
09:00 - 16:15 Uhr

Ort

Verbandshaus
Lossiusstraße 1, 99094 Erfurt

Trainerin

Birgit Albers
(Diplom-Betriebswirtin)

Preis

175,00 Euro zzgl. MwSt./Teilnehmer
(10 % Rabatt für Mitglieder der
o. g. Verbände)

Kontakt

T 0361 6759-161
F 0361 6759-233
veranstaltungsmanagement@vwt.de

Weitere Angebote unter

www.vmet.de
www.agvt.de
www.angt.de

oder nach Vereinbarung

Anmeldung zum Workshop

ZEIT FÜR BILDUNG.

Zeit- und Selbstmanagement

Ziele erreichen durch bewussten Umgang mit der Zeit

Veranstaltungsort: Verbandshaus, Lossiusstraße 1, 99094 Erfurt

Termin: **22. September 2016**

Anmeldeschluss: eine Woche vor Termin

Hiermit werden folgende Personen verbindlich für den oben genannten Workshop angemeldet:

	Name, Vorname	Tätigkeit/Funktion
1		
2		
3		
4		
5		

Firmenname

Anschrift

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail (Pflicht, Teilnahmebestätigung erfolgt per E-Mail)

Datum

Stempel/Unterschrift

**Senden Sie bitte dieses Antwortfax an 0361 6759-233 oder
als gescanntes Dokument an veranstaltungsmanagement@vwt.de oder online unter www.vmet.de**

Anmeldung/Rücktritt

Anmeldungen sind verbindlich. Im Falle der Überbuchung wird der Anmeldende unverzüglich informiert. Bei zu geringer Teilnehmerzahl (weniger als 8 TN) behalten wir uns eine Seminarabsage vor. Bei schriftlichem Rücktritt bis eine Woche vor Seminarbeginn erstatten wir den vollen Seminarpreis. Danach werden 50 % der Gebühren berechnet. Die Benennung eines Ersatzteilnehmers ist jederzeit möglich. Es gelten die aktuellen Allgemeinen Geschäftsbedingungen des BWTW e. V.