



FrauenKolleg

Berufliche und persönliche Weiterbildung



Seminare 2024 Erfolgsstrategien



Zeit- und Selbstmanagement in der digitalen Arbeitswelt



Für mehr Infos
QR-Code scannen!



Zeit- und Selbstmanagement in der digitalen Arbeitswelt

Für alle Interessierte

Im digitalen Zeitalter gehören ein sehr gutes Zeit- und Selbstmanagement zu den Schlüsselkompetenzen im Beruf, um effiziente und qualitativ hochwertige Arbeit zu leisten. Ebenso wichtig ist die Fähigkeit, die eigene Energie erfolgreich zu managen, um auch in angespannten Phasen in Balance zu bleiben. In diesem Seminar bekommen Sie praktische und sofort umsetzbare Methoden und Werkzeuge an die Hand, die Ihnen dabei helfen, jederzeit den Überblick über Ihr Aufgabenspensum zu behalten, Ihre Arbeitswoche realistisch zu planen, sinnvoll Prioritäten zu setzen, die tägliche Informationsflut einzudämmen sowie Zeitdiebe und Störfaktoren zu identifizieren und in Schach zu halten. Nutzen Sie die Chance, sich in den Schlüsselkompetenzen Zeit- und Selbstmanagement weiterzuentwickeln und so ihre Leistungsfähigkeit und Motivation dauerhaft zu erhalten!

Ziel:

Leistungsfähigkeit und Arbeitszufriedenheit im digitalen Arbeitsumfeld erhalten durch individuelles Zeitmanagement und effektive Selbstorganisation

Inhalte:

- „Mein typischer Arbeitstag“ – Bewusstsein für und Überblick über die tägliche Arbeitsleistung schaffen
- Ohne Ziele keine Prioritäten – Realistische Ziele für das eigene Aufgabenspensum setzen
- Verschiedene Methoden der Priorisierung kennenlernen
- Informationsflut erfolgreich managen
- Kraftquellen im Alltag anzapfen

Termin: Freitag, 28. Juni 2024, 9 bis 16.30 Uhr

Ort: Stuttgart

Seminargebühr:

230 € ermäßigter Preis für Privatzahlende

280 € für Firmen, Einrichtungen und Selbständige
inklusive Tagungspauschale

Trainerin: Vera Thumsch, Expertin für Gehirn- und Gedächtnistraining,
Trainerin der FrauenKolleg GmbH

Haben Sie Fragen oder möchten Sie sich anmelden?

Rufen Sie uns an, mailen Sie oder scannen vorne den QR-Code.

FrauenKolleg GmbH

Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart

Telefon: 0711 / 778 70 44

info@frauenkolleg.de

www.frauenkolleg.de