



Effektives Zeit- und Selbstmanagement

Den persönlichen Wirkungsgrad optimieren.

mit juvo
Transfer-Begleitung

Wie ordne ich meine Aufgaben sinnvoll und erledige sie ohne zusätzlichen Stress?

In einem sich rasant verändernden, leistungsorientierten (Arbeits-)Leben ist es notwendig, effektiv und zielorientiert zu arbeiten und sich selbst zu führen.

Gute Selbstorganisation und konsequentes Zeitmanagement sind die sichersten Mittel, um Ihre Aufgaben erfolgreich zu erledigen und Ihre Ziele zu erreichen.

Dieses Training setzt grundsätzlich an Ihrer individuellen Lebens- und Arbeitssituation an. Ziele dieses Trainings sind die Erarbeitung einer effizienteren Arbeits-, Tages- und auch Lebensplanung.



Inhalte:

Selbstorganisation

Wie arbeite ich effizient und flexibel? Was ist mein persönlicher Arbeitsstil?

Zeitmanagement

Wie setze ich Prioritäten? Welche Zeitmanagement-Techniken unterstützen meine persönliche Arbeitsorganisation? Wie erkenne ich "Zeitdiebe" und was kann ich dagegen tun?

Selbstmanagement

Welche Werte und Prinzipien leiten mich? Was sind meine (Lebens-)Ziele? Was motiviert mich? Wo liegen meine Stärken und Potentiale? Wie kann ich Arbeit und private Interessen in Einklang bringen? Wie kann ich Stress abbauen?

zusätzlich: juvo-Transferbegleitung

Für den nachhaltigen Erfolg des Seminars bietet juvo den Teilnehmern Material zum Transfer der erlernten Instrumente in den betrieblichen Alltag sowie auf Wunsch ein Telefon-Coaching.

Effektives Zeit- und Selbstmanagement

Teilnehmer: Führungskräfte, Spezialisten, Führungsnachwuchskräfte

Teilnehmerzahl: Ca. 6 bis 12 Personen

Voraussetzungen: Keine

Termin/Dauer: 10. Februar 2012
09:00 Uhr – 17:30 Uhr

Das Seminar kann als Firmenseminar durchgeführt werden und ist für die Steigerung der persönlichen Effizienz sinnvoll.

Veranstaltungsort: Seminar- und Atelierhaus
Fürstenallee 18
33102 Paderborn
www.seminar-atelierhaus.de

Anmeldung

An juvo - Personal im Mittelstand
Fax 0 52 51.69 93 98
E-Mail info@juvo-personal.de

Vorname

Name

Funktion

Tel./ Fax

E-Mail

Datum

Firmenstempel und rechtsgültige Unterschrift

Gebühren: 490,00 EURO zzgl. MwSt. einschließlich Tagungsgetränke. Für eine zweite Person gewähren wir 10% Rabatt. Nutzen Sie den NRW-Bildungsscheck!

Zahlung: Bis spätestens eine Woche vor Seminarbeginn.

Stornierung: Durch den Teilnehmer bis vier Wochen vor Seminarbeginn kostenfrei. Danach berechnen wir 50% des Tagungspreises. Bei Absage am Veranstaltungstag berechnen wir den vollen Preis. Ersatzteilnehmer können genannt werden.

Der Form halber behalten wir uns vor, einen Ersatz-Trainer einzusetzen, einen Alternativtermin anzubieten oder das Seminar abzusagen. Bereits gezahlte Seminargebühren werden voll erstattet, darüber hinausgehende Ansprüche entstehen nicht.

