

## Zeit- und Selbstmanagement

### Zeit ist das, was wir daraus machen!

Lernen Sie in diesem Seminar, wie Sie Ihre Zeit mit einfachen Mitteln zu Ihren Gunsten gestalten können.

„Alte“ Gewohnheiten werden analysiert, Optimierungspotenziale entdeckt und konkrete Umsetzungsstrategien aufgezeigt. Fragestellungen aus Ihrem beruflichen und persönlichen Alltag werden mit einbezogen.

Sie lernen verschiedene Methoden des Zeit- und Selbstmanagements kennen.

#### Inhaltsauszug:

- Realistische Analyse des Zeitaufwandes
- Methoden zum Priorisieren der verschiedenen Aufgabenbereiche
- Smarte Zielformulierungen entwickeln
- verschiedene Zeitmanagement Techniken
- Selbstmanagement und Biorhythmus
- Innere Antreiber erkennen und nutzen.

**Auch als Geschenk sehr zu empfehlen -  
gerne stellen wir Gutscheine aus!**



Kursnummer:	BOT20007
Dauer:	1 Tag
Termin:	Di., 09.04.2024 von 09:00 bis 17:00 Uhr
Referentin:	<b>Manuela Heizler</b> , Systemische Beraterin und Business Coach, Entspannungstrainerin, Ausbildungsbotschafterin des BHG für den Landkreis Cham, Heizler Gastronomie Cham
Kursgebühr:	195,00 € inkl. Seminarunterlagen und Verpflegung
Ort:	Bad Kötzing

QR-Code zum Onlineangebot

Onlineangebot



Jetzt Online buchen



Zum Onlineangebot



Manuela Heizler

**Sichern Sie sich 10% Frühbucher-Rabatt bei einer verbindlichen Anmeldung bis 4 Wochen vor Kursbeginn!**